Kurtze aber vast eigentliche/nutzliche vnd in pflegung der gesundheyt notwendige beschreibung/der natur/eigentschafft/ Krafft / Tugent / Wirckung / rechten Bereyttung vnd gebrauch/inn speyß vnd dranck / aller deren stück so vns zu zeytlicher vnd leyblicher erhaltung/ Speyß vnd dranckß von nöten/ vnd bey vns Teutschen inn teglichem Gebrauch sind/etc.

Zu merer behendigkeyt nach ordnung des Latinischen Alphabets gestellet/etc.

Beschrieben durch D. Guualterum H. Riuium Medicum & Chirurgum.

Gedruckt zu Wyrtzburg durch Johan Myller. Mit Key: May: Priuilegio.

Anno
M. D. XLIX.

Kurtze aber vast eigentliche/ Nutzliche vnd inn pflegung der gesundheyt / notwendige beschreibung der Natur/ Eygentschafft/ Krafft/ Tugent/ Wirckung/ rechten bereittung vnd gebrauch/ inn speiß vnd dranck/ aller deren stück so vns zu zeytlicher vnnd leiblicher erhaltung/ speiß vnd dranck von nöten/ vnd bey vns Teutschen inn teglichem gebrauch sind etc. Zu merer behendigkeyt nach ordnung des Latinischen Alphabets gestellet / etc.



ACetum Das ist Essig/ welcher die alten gelerten Medicus nicht wenig jrrig vnnd zweyfelhafftig gemacht hat/ dann etlichen vermeintẽ er wer warmer natur/ dieweyl er extenuiert oder erdünnet/ andre aber setzten jn kalter natur/ dann so man jn niesset/ befindet man eigentlichẽ das er kület/ Das er aber auch kalter natur sey/ föllig im ersten grad vnd trucken im dritten/ zeigt an sein Tugent in dem fall das er krefftig ist/ vnd nützlich gebraucht wird fur solche Gifft/ welche das geblüt machen gerunnen oder zusamẽ lauffen als das hart gedert Magsamen safft Opium genant vnd der gleichen.

So zerteylet auch der Essig das gerunnen Blut im Magen/ vnd erdünnert oder extenuirt die zehen groben dicken schleim. Lindert den schmertzen der Zän/ der von hitz oder hitzigen flüssen verursacht wird / den Mundt darmit geschwanckt. Leschet auch alle hitz vnd entzündung mit frischem Brunñ wasser vermischet vnd eingetranckẽ ist in diesem fall der Polnischen sew oder trunckẽ boltz sonderliche Artzney/ des morgens also getruncken/ wa sie sich des vordrigen tags mit Wein oder Bier inner

halb zu hefftig erhitzigt habē / solcher tranck leschet auch den durst hefftig/vnd stillet allen blutfluß. So man auch den biß oder schedigung eins wüttenden od' rasendē hundes/zum offteren mal mit Essig waschet zeucht das gifft herauß vnd heilet jn / vnd sind aber diese geringe mittel vnd hilff/die wir volgends in diesem vnd andern stücken anzeigen wollen/ von fleißsigen vnd fursichtigen Haußhaltern/furnemlichen denē / welche in Marckten/schlössern dörffern vñ feldt sitzen / od' wonung sich erhalten/ welchen wir furnemlichen dises Corpus der Medicin zu nutz vnd trost gestellet haben etc. fast wol war zunemen/ dañ etwan in der not auch ein vast gering stuck/solcher einfachen Artzney höchste hilff beweiset/ vñ etwan grosser Doctoren vast krum vñ verwirret geschriebne Recept briefflein weid vbetriffet/etc.

Der Essig ist auch vast gut / dennen welchen die gilb oder gallen inn die Augen geschlagen/vñ das weisse des Augapffels gantz gelb farb wordē ist/im Bad den dāpff in die Augen entpfangen/vnd zum offteren mall daran gerochen/etc.

Welche hitziger Complexion sind/vñ Cholerischer natur/ vil galben bey sich habē/den ist der Essig gesund in jren speisen. Aber er ist den Neruen vnd weissem geäder vast schedlich / dann dieweyl sie des geblüts manglen vñ zart sind/dringt er schnel vnd leichtlich hinein/vnrad da rinn zu erwecken.

Wiewol er auch den selbigen schedlichen vñ zu wider ist/die Melancholischer vnd kalter Complexion/oder natur sind/ vnd allen denen so mit Podagram Zypperle vñ gesücht der glyder behafft/etc.

Der Essig leschet auch / vnd demet die vnkeuschheyt/ vnd so man sein zimlich braucht/macht er den Leyb dür vnd mager/etc.

Es sollen

Es sollen auch vorab alle die so kalter vnd truckner Complexion sind / den Essig als jren besondern schedlichen feind fliehen vñ vermeiden/deßgleichẽ auch alle dieselbigen welche ein schwache vnd blöde brust haben/vnd etwas fels oder mangel an der Lungen/ vñ alle die welche schwach vnd blöd von gliedern/ Neruen vnd saimẽ.

Wa es aber sach wer/ das man in solchem fall den essig brauchen wolt/sol man die speyß/darin man solchen Essig vndermischet/abbereitten mit Honig zucker oder gewürtz/darmit die krafft vnd scherpffe des Essigs gedemet werde. Der Essig ist auch dem gesicht vast schadt.

So man sich bey dem fewer hart verbrand hat / vnd Essig darauff gesprengt/leschet den brandt. Der Essig reitzet zu der speyß/vñ erwecket den verlornen Appetit/ vnd lust zu essen. So man auch leinen Tüchlein oder wüllen in Essig netzet/vnd vber frische wunden leget/leschet alle hitz vnd entzündung darinn. Den dampff des warmen Essigs in die Ohren empfangen / benimpt dz singen vñ sausen der Ohren/vnd bringt widerumb das verlorn gehörd/vnd leschet die hitz vnd miltert die hitzige geschwulst der Oren. Mit Rosen öl Essig vermischet stillet das wüttend hitzig Haupt wee/ die schläff vnd nasen löcher darmit wol berieben/vnnd angestrichen oder mit leinen Tüchlin/ vnd Schwammen vber gebunden/ Der Essig soll auch den durst der Wassersüchtigen stillẽ vnd milteren der von hitz verursacht wirdt.

ALlium Knobloch/Wie starck vbel vñ vnfreundlich d Knobloch stinckt/so verschmehen wir Teutschẽ/ doch jn nit inn vnseren Küchen/ist hitzig vnnd truckner natur/auff denhalben teyl des vierdten gradts. Jst groben leuthẽ die vil zehs dicks grobs schleims / vñ vngedeuter feuchten bey sich versamlet haben/ein nützliche beque

 me hilff/

me hilff/dann er lediget ab vnd erdünnert die selbigen/ doch rohe gessen ist er ein vast vngesunde kost/gibt auch ein schedlich böse feuchte/aber gkocht wird jm solch schedlichheyt benomen/ der vrsach halb pflegen vnsere Teutschen den Knobloch in Hammels keul einzugraben vn also damit zu braten. Solcher Knobloch ist denen welche kalter natur od Complexion/ sind nit schedlich/sond nütz vnd gut/aber denen so hitziger Complexion oder tēperament vast schedlich/daraus wol zu mercken wie notwendig einem jeden Menschen zu wissen/seine eygne natur Complexion oder temperament / wie wir droben genugsam bericht gesetzet haben / auch inn geringem vnd vast nach gebigen speisen/wa man der gesundheyt verschonen vnd mit fleiß pflegen will/etc.

Vorab ist der Knobloch dem Gesicht/Haupt/lungen vnd nieren schedlich / Aber er hat ein sonderliche eygenschafft/das er den durst welcher entspringt/von versaltzener feuchte leschet. Er treibt aus die würm vnd alles vn gezifer aus dem Leyb / darum gibt man den Kindern darab zu trincken/er zerteylet auch alle plehung im leib/ Vnd ob er wol wie gesagt / den gesunden Augen schedlich/so dienet er doch den dunckeln Augen von feuchte befinstert vnd mach sie clar/etc.

Welche hitziger Complexion sind/den verdrucknet vn verdorret er den naturlichen samen/aber die kalter vnd feuchter Complexion sind/die erwermet er vnnd bewegt sie zu fleyschlicher begird.

Der Knobloch ist ein hoch berümpte artzney vnd edler bewerter Tiriac fur vergifft/vnd für vergiffter Thier schedigung vnnd biß/ darumb er nicht vnbillich inn das sprich wort geraten/Knobloch der Bauern Tiriack/wie jn dañ der aller namhafftigst vnd hochberümptest Medicus Galenus selber nennet. Dann die Schlangen vnnd

der

der gleichen Vngezyfer/fliehen den Knobloch wie die Raut/ Darumb die Persier gar nahe alle jre speyse mit Knobloch bereitten/gleich wie die groben Francken jren Gens Prey. Man schreibt auch ein Historij von zweyen welche beyde vergifft/ der ein aber hat Knobloch gessẽ vnd ist aufkomen/ aber derselbig welcher keinen Knobloch braucht hat/ sey gestorbẽ. Darauß gãtz gewißlichen zu mutmassen/das der Knobloch ein solche werme inn sich hab/ der selbigen natürlichen werme inn vns etwas gleichförmig/ darumb er denselbigen aufftreybt vnd erquicket/ vnd die glider stercket vnd bekrefftiget/ solcher gestalt das er von eim hinweg treybt was sie beschedigẽ vnd verletzen mag.

Der Knobloch zertheilet auch nit allein die windigen plest vnnd plehung/ sonder lasset sich auch die selbigen nit erheben oder versamlen/ darumb er auch dz grimmen vnd leybwee stillet/ vñ den hefftigen schmertzen des hufft wees von Flegmatischer feuchte/vnd zehen schleim verursacht/ dann er solche schleim/desgleichen auch die narung/welche den gliderẽ vberschickt wird/ erdünnert vnd extenuirt/macht das geblüt auch reiner vñ subtiler/ gibt dem Angesicht ein schöne rote lebliche farb/ vnd reinigt die kelören/Knobloch zehen in warmer aschen gebraten/vñ in die holen Zähn gesteckt/ drucknet die feuchte dariñen vnd benimpt den schmertzen. Aber den schwãgeren vnd auch den seugenden Weibern/ist der Knobloch schad/ treybt auch den Weibern jre gebürliche reinigung.

AGnus Ein Lamp/ Das Lampfleysch ist zimlicher werme/vnd hat ein vberflüssige feuchte/ darumb den selbigen/welche feuchter natur odˢ Complexion sind/ das Lamp fleysch nit gesundt ist/ befinden sich auch nit woll

woll daruon / sonder es dienet allein denen die dürrer oder drucknet Complexion vnd Temperaments sind. Es ist auch in sonderheyt zu mercken / ye jünger das Lampfleisch ye schwerlicher es zu der dewungen / vnd ye feuchter es ist / darũb auch herwiderumb die alten Lem̃er / ye alter vñ ferner sie d milch / ye leichtlicher dewũg sie sind / vñ weniger feucht. Also sol auch von allẽ andren schlacht Vihe verstanden werden / nemlichen ye jünger vñ neher sie d milch / ye zarter / keuscher vñ feuchter / jr fleysch ist ꝛc.

AMigdala Mandelkern / Die Mandelkern kommen vns vast mancherley gestalt fur in der speyß / dañ dieweyl sie vnsers Teutschen Erdbodens gewonet / sind sie zu vast vilfaltiger nutzbarkeyt inn die Kůchen geraten / sind warmer natur / geben zimliche narung vnd fůren woll / ledigen ab vnd extenuiren / darum̃ sie die brust vnd vndersten bauch oder eingeweydt purgieren / werden aber vast schwerlichen gedewet etc.

Die bittern Mandel kern / sind hitziger dañ die süssen / vñ extenuiren oder ledigen nach scherpffer ab / dañ von wegen solcher erdůnnenden oder extenuirenden / vnd abledigenden krafft zerteilen sie / fůren auß vnnd nemen hinweg alles was das miltz vnnd die leber verstopffet / vnd verhindert in jren gengen / brechen auch vnd zermalen den Stein / in Nieren vnd Blasen. Man sagt auch vnd schreybt von den bitteren Mandlen / vnd haben es vnsere Teutsche trunckenpöltz / zum teyl im brauch / wa man in nůchtere bitter Mandel kern ein gute hand voll esse / dz man desselbigen tags nit mög truncke͂ werden ꝛc.

AMylon Krafftmel / Amidum oder stercke / wird bereyt vom aller saubersten / best zeittigsten / volkommesten Weytzen / in hitziger zeyt der Hundts tag / fünff

mall

mall des tags mit frischem Wasser begossen / vnd dann also quellen vnd erweichen lassen/dan̄ mit hültzen knütlein inn starckem hültzen mörschlin wol zerstossen/ vnnd nit/wie etliche vnsauber Haußhalter pflegen/mit plossen Schencklen/die etwan gar ein seltzamen geroch vnd Rauch/vil wunderbarliche gestalt haben/etc.getretten/ dann von den Kleyen abgesundert / vnnd auff reynen weissen leinen Tücheren vber breite Syp boden gedeckt außgossen / vnd also in der Sun̄en trucknen lassen/das er nicht sawer werde. Es kület vnd trucknet/so man jn inn der speyß braucht/als zu dem zarten Amidum Müßlein/ miltert auch darmit alle reuhe / ist auch ein sonderliche/krefftige vnd höchste Artzney / inn dem Blutgang oder Rottenrur/ dann er stopffet vnd heylet die Därm/ etc.

ANethum Dyllen / Das gemein grün Kraut von Dyllen/wird inn koch kreutteren/ vnnd auch seins liplichen geruchs/ andrer gestalt gebraucht / wiewol der Samen nicht weniger breuchlicher / inn die Würst vnd auff die Kuttelfleck/ vnd dergleichen. Jst warmer vnd truckner Natur im andren Grad/ stillet die Plest vnnd plehung/von hefftigen aufftreyben grober dicker feuchten/etliche loben den Dyllen als solt er dem Magen nütz vnd gut sein/das widersprechen andre/vnd ist dieses die vrsach / die selbigen welche inn dem Magen nütz vn̄ gut achten/ die setzten auff seine werme / welche die feuchtigkeyt im Magē verzert/desgleichen betrachten sie auch d' zerteylende krafft der windigen plest/die sich im Magen versamlet haben/Aber der gegen teyl betracht nit weytter/dann das solcher Dyllen vast schwerlicher dewung vnd ein sonderliche krafft vnd eygenschafft habē/sol den

Magen vnlustig zu machen / vnnd zu vnwillen zu reytzen. Weytter ist der Dyllen Samen vnd Kraut/ vil gebreuchlicher inn der Artzney/dann iñ der Kůchen/ als wir hernach genungsamlichen anzeigen werden/die weyl wir jn aber noch iñ vnseren Teutschen Kůchen im teglichen brauch haben/wer vnbillich jn von seiner Kucken zuuerstossen/etc.

ANisum Aniß Samen/ Der Aniß samẽ ob er gleich wol vil liplicher dañ der Dyllen auch vnsers Teutschen Ackers furnemlichen des speyrischen vnd straßburgischen dermassen gewonet/ das er daselbst mit hauffen wachset / hat er doch nit also vast inn die Kůchen gewonet/ wird allein auff gebratten Opfel / Quitten / Birn/ Torten vnd dergleichen wie ander Confect auff gestreit. Jst warmer vnd truckner Complexion im dritten grad/ ist ein vast nützlich semlin/ möcht auch nützlich in allerhand speyß gebraucht werden/fur veralter kalte gebrechen der Leber/schwerlich Athmen/ so von zeher flegmatischer feuchte verursacht wird/Dyspnæa genant/von erfarnen Medicis / Zerteylet die windigen Plest /vnd vermeret den Ammen vnnd seugenden Weyberen die milch hefftig/darumb dises Sämlein bey den Welschen Weiblein inn sonderlichem stetigen gebrauch/etc.

ANser Ein Gans/Wie auch Plinius bezeugt vor etlich tausent Jahren also inn Teutscher sprach genand/ ist ein schöner Brodt vogel / des man sich wol ergetzen mag/ wiewol sein fleysch von den erfarnen Medicis in ein verdacht kommen/als solt es im Leyb vberflüsige vnreinigkeyt geberen/vñ schwerlicher dewung sein/ vnd ist wol war das Gens fleysch vil harter vnd gröber dann aller andrer Gefögel fleysch / welche wir pflegen

in ge-

in gemeiner Haußhaltung zam auff zu ziehen/ aber solchem fell vnd mangel pflegen wir Teutschen zu fur kommen/das wir die Genß zimlich jung gebratten essen/Die Alten Medici loben die flügel an der Ganß/vnd achtens fur das gesündest/ So ist auch das Ganß schmaltz nicht weniger inn der Artzney/dañ inn der Kůchen gebreuchlich / dann so man warm Genß schmaltz inn die Ohren tropfet/benimpt den schmertzen/ vnd so einem die Lefftzen auff schrunden/ sol er sie mit Genß schmaltz bestreychen. Die Gemecht von dem Gansser gessen/ sollen vast fruchtbar machen / Aber die Zungen sol ein sonderliche eygenschafft haben / die harnwind oder tröpffling harmen zuuertreiben.

AQua Wasser / Ob wir gleich wol günstiger Leser dieser zeyt/ ein sonderlich trefflich Werck fur handen haben / von Wasser vnd alles was dasselbig betreffen mag/Als Wasser kunst / Wasser gebew / Schiffarten vnd der gleichen/So wir willens sind/zu ehren vnd wolgefallen dem Hochwirdigen Fürsten vñ Herrn Herren Melchior Bischoffen zu Wyrtzburg/ vñ Hertzogen zu Francken/Auffs fürderlichst zuuerfertigen etc. Erfordert doch dises orts vnsere furgenomenē ordnung dieses new Corpus der Medicin ordenlichen zuuolfůren/ dz wir von trinck vnd koch Wasser / auch ein sonderliches Capittel/ setzen vñ vnterschieden/die alten Medici vnd fleißsige erkündiger der Natur des Wassers fünfferley/ Als regen Wasser/Brunn Wasser/ siedt Wasser//fliesendts Wasser vnd see Wasser/ Vnd ist das regen Wasser das aller leichtest/vnd verwandlet sich bald/mag nicht lang bleiben / ist denen nit gesund die Febricitiren/vnd so vol Gallen sind/ deßgleichen denen so mit der gilb oder gelbsucht behafft/dann es dringet schnel hindurch vnd wird leichtlich inn gallen verwandlet.

So man es aber ein zeyt lang behaltet/dz es ein wey=
le ſtehet/ſo mag es dann nicht alſo ſchnel durchdringen/
erwecket aber vil flüſſe/ in ſonderheyt ſo man es kalt trin
cket. Aber das Brun Waſſer / inn ſonderheyt welche
Quellen gegen mitternacht jren außfluß haben/ vñ auß
ſtarcken Felſſen entſpringen/welche die Son nit beſchei=
nen mag/die dringen langſam durch / ſind nicht alſo ge=
ſund/aber die ſelbigẽ welche von dem Sum̃eriſchen auff
gang/vñ Winteriſchen nidergãg/jren vrſprung haben/
gegen Mittag zu/ dieſe Waſſer werden von etlichen fur
nemen Medicis alſo geſundt/ gelobt vnnd vor andren
erwelet zum trinck vnnd koch Waſſer etc. Das ſiedt
waſſer iſt wol kalt vñ einmudig zu trincken/gehet ſchwer
lich durch / hat vil jrdiſcher Materi darunter vntermi=
ſchet/ iſt derhalben den ſelbigen vaſt nütz vnnd bequem/
welche ein Hitzigen Magen haben / vnnd vaſt hitzig im
Leyb ſind etc. Das flieſſende vnd ſtilſtand See Waſſer/
ſind beyde ſchedlich/ dienen weder zu trinck noch zu koch
Waſſer / dann ſolches Waſſer vaſt ſchwerlich durch ge=
het/nicht leichtlichen gedewet wird/vnd je mer man ſein
trinckt/je mer man darauff durſtet/Aber das ſtilſtehent
Waſſer iſt am aller ſchedlichſten/dann es gar nahe halb
todt / von wegen der vnbeweglicheyt oder ſtetigem ſtil=
ſtandts.

Weytter ſind auch ſchedlich vnnd böß alle geſaltzene
Waſſer/vnd was ein frembde qualitet hat/es ſey inn ge
ſchmack oder geroch/ deßgleichen die Waſſer darin wür
me vnd andre vngezyfer wachſen / alle Berwerck Waſ=
ſer/ſo vber die Metall lauffen / deßgleichen alle Waſſer
welche an denen orten quellen / da warme Bad ſindt.

Aber zu kurtzem beſchluß/ſol man mercken/das ein ye
des Waſſer langſam durch gehet / ſchwerlich gedewet
wird / plehung erwecket im leyb/ vñ vil flüß verurſacht/
inn ſon=

inn sonderheyt so man rohes Wasser vast kalt trincket. Wiewol die selbigen/welche hitziger Complexion vnnd Temperaments sind/auch iñ etlichen hitzigen kranckheyten/dz Wasser etwan nutzlich getruncken wird. Es wollen aber etliche erfarne Medici/ das man nicht durch dz gewicht erlernen soll/welches das leichter oder geringer Wasser sey / sonder dem nach vnnd es bald erwermet werde/vnd schnel widerumb erkalte/vnd darbey sauber schön/rein / lauter vnd klar sey / dann welches Wasser nit diser art ist/achten wir nicht fur gesundt.

Schnee Wasser vnd Eyß wasser/ sind die aller schedlichsten Wasser/die am aller vngesündigsten. Solches sey dieses orts von trinck wasser vñ koch Wasser genung gesagt/dann wer hieruon vast weydleufftiger vnd nützlichen bericht begert zu wissen,/ mag obgemelt Wasserbuch durch lesen etc.

Asparagus Spargen / Die Spargen werden im frůling bey vns Teutschen also hoch geachtet/ das sie auch auff der grossen Herrn Tisch raum vnnd platz haben/vnd furwar nicht vnbillich/dañ wa es der rechten Zamen Spargen sind / gantz mürb vnd an alle hölltzige zacheren / geben solche Spargen mer narung vnd füren baß / dann kein ander koch Kraut oder Garten Kraut/so man pflegt inn der speyß zu niessen/ Also das etliche erfarne Medici die Substancz der Spargen irer mittlen Natur gesetzet haben/zwischen dem speyß vnnd koch kreutteren/von wegen seiner reichlichen fürung etc. Spargen treyben den Harn/ vnd eröffenen alle verstopffung der Nieren vnd Leber. Die Spargen gessen stillen auch das grimmen/ Leybwee/ vnd schmertzen / der Nieren vnd Lenden/ so von Flegmatischem schleim verursacht werden/ Vermeren den Manlichen samen/vnd

werden vil ſchneller dann ander koch Kreutter inn ge-
blůt verwandlet. Spargen geſſen fordren auch den Wei
bern jre gebürliche reynung / Stillet den zittern vnd be-
wen des Hertzen/ſtercket die Zän/ werden gemeiniglichẽ
mit guter fleyſch brü geſoten/mit Eſſig/ſaltz vnd baum
öl angemacht.

ATriplex Mylten/ Jſt ein grob koch Kraut / mehr
dem Armen dann den Reichen küchen bekant / iſt
kalter Natur im erſten Grad/vnd feucht im andren/lin
dert den Bauch / zum ſanfften ſtulgang vnd dienet fur-
nemlichen den ſelbigen inn der ſpeyß genoſſen/ſo mit der
gilb oder gelb ſucht behafft ſind / von hitz der lebern ver-
vrſacht. Dieſes koch Kraut mag auch nützlichen
von denen genoſſen werden die hitziger Coleriſcher Com
plexion ſind/vnd vil Gallen bey ſich haben/So man di-
ſes kraut mit Bappel blettern ze rſtöſſet/vnd euſſerlichen
vber legt / leſch et die entzündung hitziger geſchwulſt etc.

AVellanæ Haſelnuß / Werden bey vns Teutſchen
grůn vnnd dürr inn der ſpeyß gebraucht / auch zu
merer liplicheyt mit Zucker vberzogen / ſind warmer vñ
feuchter Natur / geben mer narung vñ füren baß dann
die andern gemeinẽ Nüß / ſo man Welſch nüß oder wal
nüß neñet/ ſind aber ſchwerlicher dewung/erwecken ple-
hung/ſo mã ſie ſchelet ſollẽ ſie leichtlicher gedewet werdẽ.
Die dürren rotẽ römiſchen haſelnüß/ ſind bey vns Teut-
ſchẽ in groſſem beruff/die rott rur od' hefftigen blutgang
zu ſtopfen/ vñ iſt ſolchs ein gewis Experiment vnd war-
hafftig erfarẽ ſtück/derhalben wir daſſelbig dem gemei-
nen man nit furhalten wöllen/Dz ſolt du alſo bereitten/
Nim der Römiſchen rotten Haſelnüß die wol dürr ſind/
die magſtu auff einem warmen Plech oder Ofen noch
baß

baß derren/dann so nim also schwer Bonen mel/ vnnd frischer feister muscaten nůs darzu yeder gleich vil/ stoß alles zu sammen/als krefftig vnd wol als du jmmer magest / dann formir Kůgelein daruon auff ein halb Lot schwer / vnnd wo es sich nit wolte ballen lassen vnnd zu spröde were / so geuß ein tröpflein dick rotten Wein darein/dann lege dein Kůgelein rundt formirt/vnd inn der mitten ein wenig zusammen gedruckt auff ein plechlein/ vnd laß ob einem sanfften kolfewrlein zimlicher massen backen/doch das sie nit verbrennen. Diese Kůgelein behalt zu der notturfft / dann mag man sie widerumb zu Puluer stossen/vnd mit bequemer feuchte eingeben / als wir ann andrem bequemen ort/weidleufftiger anzeigen werden. Die rotten Römischen Haselnüß/ haben eben als wol krafft / wider Vergifft / vnnd den schedlichen gifftigen Pestilentzischen lufft / als die andren gemeinen Nüß/mit Raut/Saltz vnd Feigen gessen.

APium Hortense Petersilien / Vnder allen koch kreutteren ist der Petersilien/Kraut vnd wurtzel/ inn vnsern Teutschen küchen der gemeinst / also das nit wol ein richt weis zu bereitten / darauff nit Petersilien kom̃/darauß das sprichwort erwachsen/ an zweiffel auß den worten Plinij. Petersilien auff allen Suppen/ Vnd ist aber der Petersilien/ warmer oder hitziger natur/im andren Grad/vnd trucken im dritten Grad / treibt den Harm/inn der speiß/ kraut oder wurtzel gebraucht/zerteylet die windigen plest im leib/ist aber schwerlicher dewung/Dann wir Teutschen im brauch haben/solchen Petersilien/furnemlich das Kraut/den meren teyl rohe zu essen.

Welche zu der schweren Plag / der fallenden Sucht vnd frayßlich geneigt sind/die sollen dz Petersilien kraut inn

inn jren speisen vermeiden/ dañ es würde jnen trefflichen schadē bringen/vñ zu solchen gebrechē mer anreitzung geben/ dañ es sich befindē/ dz etliche durch bequeme mittel/ von diser schweren Plag entledigt / aber hernach alß sie dieses krauts on vnderlaß gebraucht/darmit widerumb behafft worden. Der Petersilien ist auch den gemechten schedlich/stillet den heschen oder kluxen/welcher von groben zehen vberflüssigkeyten verursacht wird. Er reinigt auch/kraut vnd wurtzel inn der speiß gebraucht/ die nieren blasen/vñ eroffnet die verstopffung aller innerlicher geng. Die mit dem stein vnd sandt beladen sind/die sollen kraut vnd wurtzel inn allen jren speisen niessen/auch inn dem kraut baden/ dann solches zermalet/ vñ bricht den stein/ fürdert auch den harn inn disem fall/Aber die Ammen vnnd seugenden Weiber/ sollen den Petersilien vermeiden/dann er verzeret vnd mindert die milch etc.

AVena Haber/ Den Tolpischen Schwaben/Algeyeren vnd Rießbauren / wöllen wir jren Haberen sampt dem Haber brey gern gōnen / als ein grobe speiß groben leuthen / kület vnnd stopffet / ist ein harte grobe vnfreundtliche Kost.

BAsilicon Basilgen / Ob gleich wol dises edel wolriechent Kreutlein/nit sonderlich inn der speiß gebraucht wird/ so zihet man es doch inn allen würtz garten/ seins edlen lieplichen gerochs halben/welcher dz Haupt/Hirn vnd Hertz erquicket/stercket vnd bekrefftigt. Dises kreutlein/so man es mit weisser Rosen wasser/oder mit frieschem Brunen wasser netzet / oder daran reucht/fordert den schlaff/wird inn der speiß auch nützlich gebraucht ꝛc.

Beta

BEta Mangolt oder Beten/ Der Safft dises kochkrauts / sol den Bauch etwas lindren vnd zum stulgang senfftigen/ verletzt aber doch den Magen/ in sonderheyt den selbigen/ welche vorhin ein blöden vast vnd leicht empfindlichen Magen haben/ darum̃ man dieses kochkraut billich/nicht also hefftig im brauch haben solt/ als wir Teuschē gewonet sind/dañ die kraut müßlin darvon vast wenig/wie auch andre Kochkreutter/narung geben/vnd gantz geringlichen füren. So man aber den Mangolt oder Beden seudet/das er iñ zimlicher weiche wird/dann guten scharpffen wein Essig darauff geusset wie ein Compost / Solchs ist ein nützliche bequem speiß/ denen welchen Leber vnd Miltz verstopffet sind / dann solchs eröffnet alle verstopffung / darumb sol man auch die Kraut müßlin von Beten nicht on Essig essen/ sonder sauer machen/als die Welchsen Manesterlin/die wir auch pflegen von dem Spinat zu bereitten. So man disen Mangolt od̃ Beten nützlich bereitten will/darmit er auch desto weniger schedlich / sol mā jn auff drey od̃ vier mal/mit siedendē wasser brüen. Von der Mangolt wurtzel schreibt mā/wo die selbig gebrant/mit Honig vermischet / auff das Haupt gestrichen werde / das solchs die Har so ytzund ausfalle/bekrefftige vnd erhalte etc.

BRassica Kölkraut vnd Rappes/Das Kölkraut vñ Rappes / sind inn Teutschland inn gemeinen Küchen/inn sonderheyt der Handwercks leuht/vnd gemeinem Man/die gröste lucken büsser/vñ furnemen tegliche kost/den leren hungerigen Magen zu ersettigen/ also dz im Beyer land/etwan eins tags/bey drey oder vier malen Rappes oder sauer Kraut furgetragen wird / gibt ein vngesunde böse schedliche narung / vnnd gebiert ein grob dick Melancholisch geblüt/verderbet das Gesicht/

bring im schlaff vil fantastischer treum für/dardurch die Nachtrhu turbirt vnd verhindert wird / vnd sol die brü vom Kölkraut / den Leib zum theyl sänfftigen / zum stulgang/ aber so man die substantz des krauts neusset/ stopffet die selbigen.

Der Sommer Köl ist vngesünder dann der Wintter Köl/Der Köl treibt den Harn/vñ die Würm auß dem Leib/ vnnd benimpt die Trunckenheyt. So man den Köl mit gutem feistem Hamel fleisch kochet/verleuert er den mererē teyl seiner schedlichheyt/Sonst mag auch der Köl inn teglicher Artzney/ auch nutzlich gebraucht werden/inn fleißsiger/fursichtiger/ vnd sorgsamer Haußhaltung/den Köl safft mit Hönig vermischt/bringt die verloren stim̃ wider/vnd gesprech/daher auch die Apodecker jr hust Latwerglin Loh de Caulibus machen/ in der not sind auch die frischen köl bletter krefftige wund pflaster/ heilen wunden/külen die hitzigen scheden/ geschwulst vñ entzündung etc.

BVbula caro Rindsfleisch/ Dz Rindtfleisch gibt rejchliche narung/füret woll/aber das geblüt/so daruon geboren wird/ist vast grob vnd dick/darumb das Rind fleisch den selbigen/ die Melancholischer Complexion od̕ temperaments sind / nit nutz oder gut ist / sonder bringet jnen mancherley Melancholischer kranckheyten/ Dz Rindtfleisch wird auch schwerlich gedewet / vñ von sich geben/doch wo man es wol verdewen mag/füret es vast reichlich vnd wol / So man es aber gegen dem Hamel fleisch vergleicht/sol es kalter natur sein/vnd Melancholisch geblüt geben. Die Rindtfleisch brülin oder süplin stopffen den fluß von Colerischer feuchten/ oder scharpffen gallen verursacht. So man sich auch besorgt/ das man das Rindtfleisch nit dewen mög / so mag man es

mancherley

mancherley gestalt bereitten/ das es leicht dewiger werde/ als mit Pfeffer vnd Wacholter/ inn gutem Wein essig erbeizet/ vnd andrer dergleichen vilfaltiger gestaldt/ als dann die wol geubten Köchin wol wissen zu bereitten etc. Aber inn kurtzer summa daruon zureden/ ist Rindtfleisch kein bequem oder taugliche speiß den müßsig genden / sonder den selbigen/ welche solches durch vbung vñ bearbeytung des leibs/ wissen zuuerdewen etc.

BVtirum Butter oder Schmaltz / Der Butter ist inn vnseren Teutschen Küchin also notwendig/ dz man on den selbigen nicht wol ein wasser Suppen zu richten möcht/ dann wir Teutschen den brauch haben / das alle vnsere kost in feistigkeyt schwimmen muß/ darum̃ wir zum teyl nicht vnbillich von den Welschen / Graß Alemant genant werden.

Vnd ist aber der Butter zimlicher werme / gibt auch gute narung / lindert die Brust/ vnd macht leichtlichen außwerffen/ inn sonderheyt nach Schweytzerischer manier / mit frischem Honig vermischet / solcher gestalt benimpt er auch den kalten vnd dürren husten / So man aber sein zu vil braucht / wird der Magen vnlüstig daruon/ ye älter oder ye fyrner der Butter wird / ye hitziger er wird. Welche hitziger Complexion oder Temperaments sind / denselbigen sind alle speisen / die mit Butter vast feist gemacht sind/ vast schedlich vnd zu wider/ dañ der Butter inn jnen vast leichtlichen in Cholerische feuchte/ oder gallen verwandlet wird etc.

Von gemeiner Hauß Artzney / so man von frischer Butter/ so man auch ancker/ vnd schmaltz nennet/ nach mancherley lands brauch/ hat der Butter ein erweichende/ zerteylende/ vnd zeyttigende krafft/ wird derhalben zu anfang/ d' aufflauffenden geschwer hinder den Ohren

 so man

so man die Ohr klam̃ nennet/ Hewdrüsen/ zwischen der mecht vñ obren teyl des schenckels/ vast nutzlich gebrauchen etc.

Aber inn sonderheyt / hat der frisch May Butter die krafft/ das er den jungen Kinden/ die anfahen Zänn/ stossen den schmertzen des Zenens stillet/ vnnd die Zänn furdert.

BOrrogo Borragen / Welches auch etliche Burretlich nennen/ solte billich Corago heissen/ oder genant werden/ von dem wörtlin Cor so das Hertz bedeut/ das dises Garten oder koch Kraut/ ein sonderlich/ trefflich/ hoch nutzlich kraut/ inn aller handt/ fell vnnd gebrechen des hertzen / dasselbig zu stercken vnd bekrefftigen/ darumb man sein inn wol gerüsten Apodecken/ kein augenplick geraten mag/ Darumb auch die koch Blůmlin vnd Kraut von Borragen/ inn Salat vnd Salsen/ Kraut můßlin vnd aller kost / da es fůglich geschehen mag/ mit einmischen soll/ leschet den durst/ dienet wider allerhand gebrechen der Leber/ in sonderheyt/ im Salat gessen ꝛc.

CAnabis Semen Hanff Samen / Es hat sich der Hanff/ ob er gleich eins gantz vnfreundtlichen bösen geruchs / auch den bösen schalckhafftigen Knaben/ auffs höchst verhasset / nit erhalten mögen / das nit die schleckmeuler den edlen wald vögelin zu leid/ welche vns den traurigen Wintter mit jrem liplichen gesang/ milthe ren/ inn versperten Vogel heuseren/ von disem Samen erneret etc. Auch inn die Kůchen gebracht haben/ mit Wein oder Bier/ Hanff suppen daruon zu machen/ So doch der Hanff samen / ein sonderliche art/ vnnd eigenschafft/ dem Haupt vnd Hirn/ schedlich zu sein/ also das

auch

auch die alten erfarnen Medici yederman/vor dẽ Hanff samen gewarnet haben/als ob der mensch möchte seiner vernunfft zerrüttet / vnnd vnsinnig werden/ So hat er auch weitter die eigenschafft/ das er den naturlichen samen verdorret etc.

CApparis Kappreß/Dises gewechs ist der wachsung halb/noch in Teutsch land frembdt/aber die eingesaltznen blumen/vnd samen/knöpff/ werden genugsam zu vns gefürt/vnd allenthalben in der Kost gebraucht/ vom Saltz gewessert / vnd mit Ol vnd Essig angemachet/vnd zu andrer Kost/ sonderlich zum Gebraten gessen/wiewol etliche / von disem kappres Salat bereitten/ mit gebraten Vöglin vmblegt.

Vnd ist aber der Kappres / warmer vnnd trucknet Complexion/im andren Gradt/vnd hat aber darbey neben mancherley widerwertiger qualitet / dann von wegen der bitterkeyt / reinigt vnd ledigt er ab/ von wegen der scherpffe erhitzigt er/zerteylet vnd extenuirt/so hat er auch ein reuhe/von derselbigen wegen astringirt er etc.

Vnd ist aber dem miltz der Kappres / vber die maß nutz vnd gut/zum offtermal zu der speiß gebraucht / inn sonderheyt mit Essig/oder mit dem sawren Essig Syrop oxymel genant. Angemacht kappres treybt auch den weibern jre gebürliche reynigung/sol aber der blasen vñ nierenschad sein/die wurtzel von Kappres/wird allein in ꝺ Apotecken gebraucht/vnd ist krefftiger / dienet innerlich vnd eusserlich / fur verstopffung des Miltz vnd der Leber etc.

CApreæ caro Gempsen fleisch / Wiewol dises Wildpredt/in ebnen landen da nit hohe gebirg/ frembdt vnd vnbekand / ist es doch inn den Landtschafften des

hohen Gebirgs vñ Felsen/vast gemein vnd wol bekant/ vnd wird vor andrem Wildtpredt/fur das gesündest geachtet/dañ es ein gut gesafft der narung vñ geblůt gibt/ vnd hat ein sonderliche gemeinschafft/ mit dem Menschlichen leyb / dienet furnemlichen wol denselbigen/die feuchter natur vnd Complexion oder Temperaments sind/ vnd mit vilen vberflüssigen feuchten erfüllet/deßgleichen den selbigen / welche mit grimmen vnd leibwee behafft/ vnd der schweren Plag/der fallendẽ Sucht/stopffet den Bauch/ von wegen seiner trückne / bekompt es woll den Neruen etc.

CArdama Kressen/Den man auch sonst Nasturtium neñet/ist ein vast gemein Salat/ vñ Salsen kraut/ doch allein so er erst vom Samen auffgehet / noch zart vnd jung ist/Der Kreß ist hitziger vnd trucker Natur/ ledigt ab allen zehen schleim/ vnd flegmatische feuchten/ Von dem Kressen schreibt man/wo er vil mals inn der speiß gebraucht werde/das er das Haupt vnd hirn stercke/vñ die vernunfft stercke/reitzet zu vnkeuschheyt. Der Safft daruon vertreybt Zänwee/Jñ wolgerüsten Apotecken/ist der Samen im brauch etc.

CAricæ Dür Feigen/Der auffgedorten Feygen/bringet man zweyerley art in Teutsch landt / alt grobe schwartze feiste Feigen/vnd dise packt man ein in kyßten oder grosse körb / Vnnd weytter bringt man die kleinen weissen Marsilier Feygen/inn den kleinen Feygen körblin eingepackt/ dise sind also rohe zu essen die liplichsten/ Die dürren Feygen sind warmer Natur / vnnd so man sie inn der speiß braucht/ sind sie der brust vast nutz vnnd gut/milteren auch den husten/furderen den harn/füren zimlich wol/vnd sind kein vngesunde speiß/sonder bekomen

men dem Leyb wol/vnd wo man sie fur andrer speiß im nüchteren ysset/ so senfftigen sie den bauch/vnd furderen der stulgang / doch wo sie nit schnel durch gehent/ geben sie kein leblich geblůt/ Wo man jr auch zu vil essen würde/verursachen sie gemelter vrsachen halb / grind vnnd schebigkeyt/leuß vnd vngezyfer/aber messiglichen genossen / sind die Feigen ein nutzliche vnd gesunde Artzney/ die auch wider Gifft widerstand thut / mit Nůß kernen oder sůß Mandel gessen. Die Feigen reynigen auch die Leber/das Miltz vnd die Nieren/vnd eröffnen die verstopffung der selbigen / Doch hitzigen sie vnnd erwecken durst. Welche auch hitziger oder Cholerischer natur vnd Temperaments sind/vñ den selbigen vermeren sie die gallen/oder Cholerische feuchte / darumb die selbigen/ welche diser Complexion vnd Temperaments sind / sich der Feygen vast selten inn der speiß gebrauchen sollen / oder wo sie ye darzu lust hetten / sollen sie ein trüncklin Essig thun/darinn vil Zuckers zerlassen/ fur den Husten vnd Brust sucht/pflegt man die Feygen zu braten/vnnd also warm zu essen / so mag man auch inn solchem fall / ein nutzlich dranck mit Hyssop,/ vñ andren guten bequemen Kreutteren/ der Brust vnd Lungen dienstlich bereittẽ/ Zu der speis pflegt man die Feygen/in ð zeyt der Fasten inein gelb Pfefferlin einmachen/auch mit Mandlen vñ grossen/ Rosin oder mertreublin/pflegt man ein Feigen keß zu bereitten/der inn der speiß auch vast nutzlichen gebraucht wird/ Feygen gebraten vnd warm vber gelegt/ milteren vnd zeittigen harte geschwulst / inn sonderheyt die Ohr klam/mit Essig vnd Fenigrec gesotten/wol zerstossen/vñ vber die schmertzhafftigen Podagrischen fůß vñ Zypperle gelegt/stillet den hitzigenschmertzen/Feygen auffgeschnitten/ vñ vmbgewand/braucht man fur stulzepflin den jungen Kindern/wañ sie im leib hart oð verstopffet sind.

Careum

CAreum Wisen Kümmel / Der Samen des Wisen Kümels/ist also gemein inn der Teutschen küchen/ das er zu Fisch vnd Fleisch/ gar nahe inn aller Kost gebraucht wird/gesottens vnd gebratens/ Ist hitziger vnd truckner Natur im dritten Grad/ hilffet vast wol dewē/ vnd zerteilet alle windige plest im leib/ stercket vñ bekrefftiget den Magen/stopffet/tödtet die Würm im leib / bewegt den harn/ledigt ab den zehē Flegmatischē schleim/ aber denen welche hitziger vnd Cholerischer Complexion oder Temperaments sind/ vermeret diser Samen vil gebraucht die Gallen / oder Cholerische feuchte/ disen Samen pflegt man mit Zucker zu vberzihen/ vñ brauchē ꝛc.

CAseus Käß/So wir ye die warheyt bekeñen wollē/ müssen wir sagen/das aller Käß schedlich vñ vngesund sey / dann der Käß wird langsam vnd schwerlich gedewet/verursacht scharpff auffstossen/ vnd cropffen/ erfüllet den Magē/mit Wind vnd plehung/vnd dringt schwerlich hindurch / So empfahet auch der Käß von dem Lap/ darmit die milch geruñen wird ein scherpffe/ welche dem Magen schedlich/so ist der Käß an im selbs nichts/ dann ein Flegmatischer schleim / doch ye älter er wird/ye scherpfer vnd hitziger er wird/vñ desto schwerlicher zu dewen/gibt auch vil vngesundern safft der narung/verursacht auch die wachsung des Steins / sandt vnd Grieß/inn Lenden/ vnd ist dem gantzen leib schedlich / darumb man billich solchen Käß fliehen vnd vermeiden soll/Aber der Käß der noch nit veraltet ist/noch solche scherpffe hat/ist nicht also schedlich vnd vngesund/ inn sonderheyt der das mittel haltet/zwischen dem alten käß vnd ð milch/darum̄ auch solcher frischer Käß/leichtlicher dewung / dann der alt Käß / gibt auch besser gesafft der Narung/inn sonderheyt wo er nit zu hart/inn

rechter

rechter zimlicher massen gesaltzen / vnd messiglichen genossen.

CAryophyllon Neglin / Die scharpfen / edlen / wolrichenden Neglin / sind ein edel gebrauchtsam Gewürtz / dem Magen / der Leber / vnd Hertzen / vast nutz vnd gut / stillen dz vnwillen / so von vberflüssigen feuchten verursacht wird / sollen doch den iñeren glidern schedlich sein / als etliche furgeben etc.

CAstaneæ Kastanien / Wiewol dise Frucht / als ein wild rauch holtz gewechß / den Sewen bequemer zu der mastung / dann dem Menschen zu der speiß / So ist doch die welt also schleckerhafft / das sie nichts vngenaschet lesset / Vnd geben gleichwol die Kastanien / gesotten vnd gebraten / reichliche narung / sind aber langsamer dewung / vnnd gehnd vast langsam durch / stopffen vast seer / plehen hefftig / So man sie brettet vnd mit wein besprengt / sind sie am gesündesten / Wiewol inn Genß / Hüner / Antfogel / vnnd dergleichen eingefüllet / vnd also darinn gebraten / sie auch den mereren teyl jrer schedlichheyt verlieren / Jnn grawen punden derret man die Kastanien auff / behalt sie vber das jar / seudet sie beym fleisch / vnd vast vngesund / grob / beuerisch essen. Jnn hungers not / pflegt man solche dürre Kastanien auch zu malen / vnd Brodt daraus zu backen etc.

CEpæ Zwyblen / Der Zwybelẽ mag weder der reich noch arm / inn seiner Küchen geraten / vil weniger dann alles andren gewürtz / also gar wird kein speiß diser zeyt / anmüttig bereittet / darzu nit zwyfel erfordert werden / sind hitziger natur im andren Grad vnd feucht im dritten / grober substantz / furdren den Harn / vermeren

ren den manlichen Samen/ vnd fur der speiß inn nůchteren gessen/machen sie lust zu essen/ richen aber inn das Haupt/ vnnd verursachen Haupt wee/ vnnd sind dem Haupt vnnd Magen vast schedlich / inn sonderheyt die rohen Zwyfel/So man sie aber kocht/vnd die speiß mit bereyt/vnd anmachet/verlieren sie den mereren teyl jrer schedlichheyt / dienen also bas der Brust/ benemen den Husten/vnd milteren die reuhe. Sie ledigen ab die zehen Schleim/plehen den Magen/vnd wer vil Zwyfel ysset/ der bekömpt ein böß bresthafftig Miltz. Die rohen Zwyfel eröffnen die güldin Adern/so vertreybt der Safft die scheutzlichen flecken der Haut/ die gebraten Zwyfel weychen vnd zeyttigen.

CEruorum Carnes Hirtzen Wildtpredt / Ob gleich wol das hoch Wildt/auch inn Fürsten Kůchen/allenthalben hoch geachtet / vnnd ein köstlich Wildpredt/ gibt es doch böß gesafft der narung/vñ ist gantz schwerlicher dewung/ vnd gebiert ein grob dick Melancholisch geblůt. Aber Wintters zeyt/ist solchs hoch Wild nützer vnd gesünder/zu brauchen inn der speiß/nit allein der vrsach halb/das alles Wildpredt Winters zeyt/feister geschlachter/vnd zu der jagt geschickter / sonder auch/das es von wegen der innerlichen werme/leichtlicher im magen concoquirt oder gedewet wird/Dann wo solches nit genugsam gedewet wird/gibt es nit allein/ein grobe/dicke/zehe/schleimige feuchte/sonder verursacht auch/verstopffung der Leber/vnd Miltz etc.

Man schreibt auch inn sonderheyt/ dem Hirtzen wildpredt zu/wo man sein inn der speiß zuuil/ vberflüssig/vñ on vnderlaß braucht/ wie an etlichen Fürsten Höfen der brauch / dz der gantze leyb daruõ dermassen geschwecht werdẽ sol/dz er võ zytteren vñ bebẽ/gantz krafftloß werde/

de/Darmit man aber das Hirtzen wildpredt/geschlach-
ter/vnd dewiger mache/haben vnsere Köch jre besondre
reglen/mit dem einbeitzen zum braten / oder inn Pfeffer
zu bereitten/mit gutem Gewürtz etc.

Das Hirtzen marck ist ein kostlich Artzney/ alle harte
geschwulst vnd schwülen zu sänfftigen/vnd milteren/ so
man sich auch harte verbrant hat/ ist das Hirtzen vnsch
ledt ein trefflich leschung/ vnd heilung / wie auch vnsere
Teutsche Schmidt inn teglicher erfarnuß haben. Der
rauch von Hirtz horn / sol alles Vngezyfer vnd gifftige
Thier vertreiben/ So ist auch das Hirtz horn/ klein ge-
schaben oder ab gefeyhelet/ein krefftige Artzney/den kin
dern die Würm zuuertreiben/doch sol dises der Lungen
etwas schedlich sein etc.

CErasia Kirßber / Ob gleich wol der Kirßber / bey
vns Teutschen/ diser zeyt ein treffliche vile/manch-
erley vnderscheyd/inn farben/ geschmack vnd gestaldt/
so zu lang dises orts zu erzelen / so sind sie doch vast alle
gleicher Natur/oder Temperaments/ nemlichen zu kelte
vnd feuchte geneigt/ vnd geben ein böse gesafft der Na-
rung/bekommen auch dem Magen vast vbel/ dann sie
dem feuchten Magen vber die maß verletzlich sind / vnd
schedlich/in sonderheyt wo sie noch nit volkömlichen zey
tigen / aber denselbigen welche ein hitzigen trucknen ma
gen haben/ den sind die Kirßberen ein nützliche Speyß.
So man sie auch inn hitziger Butter wol brattet/ Wein
daran geusset/schnitten brot darauff legt/vn̄ nach Teut
scher manier antragt/mit Zucker vberstrehet/ ist Sum-
mers zeyt ein nutzliche/bequeme/ külende speiß/an vilen
orten Teutsch landts vast gebreuchlich / was man weit-
ter von den Kirssen/Weichßlē/Amarellen/vnd derglei-
chen bereidt / wird hernach an besondrem bequemen ort
angezeigt.

Cicer Zyser Erbeiß / Die Zyser Erbsen sind im Elsaß vil gemeiner/ inn reicher leut kůchen/ dann inn andren orten Teutsch landts / inn sonderheyt bey denen so mit dem Stein/ Sandt/ vnd Grieß behafft sind/vnd nit vnbillich / dann solches gemůß oder gekochsalb/ das aller reuhest vnd vnlieblichst in seiner substantz / fur den andren allen/sind mancherley geschlecht/ doch allein der Farben halb vnderschiden/ sunst alle gleicher Natur/ krafft vnd eigenschafft/ warmer vnnd feuchter Natur/ im ersten Grad / sind schwerlicher dewung / geberen vil vberflůssigkeyt/fůren doch baß dann die Bonen/haben ein krefftige eröffnende krafft / darumb sie den Weibern jre gebůrliche reinigung furderen/erwecken plehung/ver meren dz Miltz/ brechen den Stein inn Nieren vñ Blasen/darumb inn solchem fall/ die Zyser erbsen brůlin inn grossem brauch sind / doch wo die Blasen verletzet/oder sonst bresthafftig/ist jr solche brů schedlich etc.

Citra Citrinaten öpffel/ Ob gleich wol die edlen schönen/wolriechenden gelben/ Citrinaten/ oder Judẽ öpffel/nit sonderlich bey vns Teutschen im brauch zu der Speiß zu niesen/haben wir doch der vrsach halb/dz die Limonen vñ Pomerantzen/ so wir im teglichem brauch haben eben der selbigen Art / Natur vnd Eigenschafft sind / solche edle schöne wolriechende Frůcht nicht vberschreitten wollen / vnd aller solcher Opfel / wolriechende eusserliche rinden/ warmer vnd truckner natur/aber dz weyß nach der rinden/wird kalter vñ feuchter natur geachtet/aber der inner sawer safft/ist der aller kaltest/auß genomen inn den sůssen Pomerantzen. Der Citrinaten Apfel / hat des weissen marck oder fleisches am meisten/ ist aber vast schwerlicher dewung/ gebiert ein grobe flegmatische feuchte/ darumb wird sie nit rohe oder fur sich

selbst

selbst allein gessen / dann sie vast vngeschmack / sonder man pfleg sie / gar schön vnd kostlich / mit Zucker ein zu machē / als wir dann an besondrem ort auch genugsamlichen anzeigen werden / vnd ist solchs nit allein ein herliche speise inn der reichen Collatien / sonder ein krefftige Artzney etc.

Die rindt der Citrinaten / Pomerantzen / vnd Limonen / furdert die dewung der speiß / demmet die Melancholische feuchte / vnd allen vnmut vnd traurigkeyt / so daruon verursacht werden / dienet auch dem Magen vberauß wol / doch sol man sein nit zuuil essen / dann sonst möcht sie nit wol gedewet werden / So aber dise rinden eingemacht werdē / sind sie nit also schwerlicher dewūg / erhitzigen den Magen wol / vnd füren auß die feuchtigkeyt der selbigen / vnd helffen auch andre eingenommene speise zu dewen / Die Kernen oder Samen sind nit tauglich zu der speiß / werden allein in Apodecken gebraucht / ein nützliche krefftige Artzney / fur alles gifft / vnd gifftiger Thier schedigung / eingetruncken vnd eusserlichen vbergelegt / darumb man sie nit also leichtlichen / wie man gemeiniglichen pflegt / hinwerffen sol / Das sawer safft innerhalb diser frucht / leschet vnd demet die Cholerische feuchte / ist ein nützlich vast krefftig safft / nit allein allerhandt speiß / darmit zu niessen vnd an zu machen / sonder auch kostbarliche / labhaffte Syrop daruon zu bereitten etc.

Cina momum Zimentrinden / Vnder allem gewürtz so inn vnseren Teutschen Küchen im brauch / ist die scherpff außgebissen Zimetrinden / die aller lieblichst vnd einmütigst / inn aller Kost / darzu sie gebraucht wird / Ist vast hitziger vnd truckner Natur / reinigt den Magen / vnd vertreibt den husten / von feuchtigkeyt vnnd flüssen

verursacht/ dann der Zimet verzeret vnnd trucknet alle feuchte/des Haupts/der Leber vnd des Magens/doch sol man inn erwelung des Ziments/ guten fleyß anwenden im ausbeissen / die die alten erfaren Medici bey vij. vnderschidlicher art / vnd manier der Zymentrinden setzen / ye eine besser vnd scherpffer dann die ander. Inn kurtzer summa zu beschliessen/ ist der Zimmet dem Magen vast nutz vnd bequem / hilfft im zu der dewung der eingenommenen speiß/verzeret/ erdúnneret vnnd ledigt ab / die zehen Flegmatischen schleim / hat ein eróffnende krafft/furdert den harn vnd Weibliche renigung/dient wol den Wassersúchtigen / vnd erhitzigt die kalten Nieren/ Ist furnemlichen ein nútzlich vast gut gewúrtz/ denen welche kalter vnd feuchter Complexion sind/die selbigen solten alle jre speiß mit Zimmet rinden bereitten/vnd einmachen oder wúrtzen etc.

COlumbulorũ caro Jung Tauben/Die jungen Tauben/sind kein bóse oder vnmútige speiß / darumb sie inn den reichen Kůchen vil platz haben/sind warmer vnd feuchter natur/vnnd geben vil vberflůssigkeyt/inn sonderheyt die zamen jungen Tauben/geberen auch ein vast grob vnnd hitzig Geblút vber die maß/ darumb sie auch/wo man jr zuuil niessen wúrde/ mit der zeyt febres erwecken/erwermen die erkalten Lenden/vnd Nieren/ vermeren das Geblút vnd den natúrlichen Samen/ sollen doch dem Haupt vnd Augen schedlich sein. Es wollen auch etliche furnemen vnd erfarne Medici / wo man ð Tauben in ð speiß/zuuil vberflůssig niessen oð brauchẽ werde/ dz zu letzt die Malzy oð Feldtsucht volgen wúrde. Merck auch das die jungen Tauben/so im frúling vnnd Herbst außgehecket werden / vil gesúnder sind/ dann die so des Summers oder Wintters zeyten außschliessen etc.

Corian-

Coriandrum Coriander/Ob das Kraut dises Samens/wañ es grün ist/gleichwol schendlicher vñ vil vbeler stincket / dann kein wandlauß knölster od leiden/ so ist doch der Samen inn der Küchen / vnd Apotecken also angenem/ das man sein nit geraten mag/ ist kalter Natur im ersten grad/vnd drucken im dritten/dem Magen vast nutz vnd gut / dann behalt die speiß im Magen so lang / das sie volkumlichen gedewet wird / Doch sol man sein nit zuuil brauchen/inn sonderheyt wann er nit genugsam gederret ist/ dann also bringt er verwirrung der vernunfft / dann Coriander samen beytzet man inn Essig/ vnd trucknet jn wider / jm solche schedlichheyt zu benemen etc.

CRocus Saffran / Der Saffran ob er gleich wol auch dise zeyt/des Teutschen Luffts vnd Erdtrich gewonet/also das er schon vnd gut bey vns bekömpt/so ist er doch ein thewer köstliche Würtz / nit weniger in der Küchen/ dann inn der Artzney gebreuchlich/ dann wer wolt erzelen künnen/wie mancherley speiß mit dem Saffran gelb geferbt werden/also das auch stinckent fleisch/ des Saffrans nit entberen mag / so man ein gelbs brülin / oder Pfefferlin daran machet / wie dann auff den Straßburgischen Trinck stuben / ein langherbracht gebrauch/der in ein sprichwort geraten/an stinckent fleysch gehört ein gelbs brülin etc.

Vnd aber der Saffran / warmer Natur im andren Grad/vñ trucken im ersten/ wiewol er von etlichen warmer Natur / biß inn dritten Grad gesetzet wird/ ist dem Magen ein nützliche gute Würtz / hilffet der dewung/ hat ein eroffnende krafft/ thut widerstandt den gebrechen / welche von zehem flegmatischen schleim verursacht werden/reitzet zu vnkeuschheyt/ist nutz vnd gut allen innerlichen

nerlichen Glydren/benimpt das schwerlich athmen/dañ so man den Saffran inn der speiß messiglichen braucht/ so macht er ein ringen sanfften Athmen/ vnnd gibt dem Menschen ein schöne lebliche farb/wo man sein aber zu vil vnmessig braucht/gibt er ein bleiche farb/verursacht schmertzen vnd hauptwee / benimpt auch den Lust vnd Appetit zu der speiß etc.

CYdonia Quittẽ/Ein edle schöne wolrichende frucht so doch rohe inn der speiß gantz vntauglich / sind kalter Natur im ersten Grad / vnd trucken im andren/ Dise Frucht astringirt / sterckt vnd bekrefftigt den Magen / vnnd so man sie fur der speiß braucht/stopffen sie/ furderen den Harn / vnd wo man jr zuuil inn der speyß braucht/ sind sie vast schwerer dewung / Die süssen geschlachten Quitten/so man apffel Quitten nennet/ stopfen vnd astringiren nit also hefftig / als die rauhen vnd knorigen Quitten/Dise Frucht stillet auch den vnwillen vnd oben hinauß brechen des Magens. So man von der Quitten Latwergen / oder eingemachte Quitten / oder inn der Aschen gebraten Quitten/ auff die eingenomen speiß neust/stopffet wie ob gesagt/ lasset aber nit die schedlichen bösen dempff / vbersich inn das Haupt steygen/Was weitter von Quitten bereyt zur Speiß/ oder Artzney / ist dem Magen vnd der Leber vast gesundt/ vnd gut etc.

CVminum Römischer kymel / Wiewol der Römisch kymel/ eins vast starcken geruchs der nit yedermã leidlich / der Artzney bequemer dann der Speiß / ist er doch auch in die küchen geraten/Kymelsuppen daruon zubereitten/auch mit dem frischem rindfleisch kymel brü zu sieden/ deßgleichen inn die rohen Würst zu salben/ vnd

vn̄ der gleichen speisen mer darzu/ d Römisch kymel diser zeyt/ inn sonderheyt inn Niderlendischen sietten/teglichen gebraucht wird/ist warmer vn̄ truckner Complexion/ im dritten Grad/bewegt den Harn krefftiglichen/vnnd zerteylet alle plehung/vn̄ windige plest im leib/ vn̄ in sonnderheyt die plehung des Magens/ doch wo man sein zu vil inn der speiß brauchen würde/gibt er dem Menschen bleiche/vnlebliche/tödtliche farb/Stopfet blutflüß/auch das bluten der Nasen / deßgleichen der Weiber gebürliche reinigung etc.

DAmascena Zwetßgen/ Die auffgedorten Praumē/ nennen wir mit frembden/Behemischen vnd Polnischen namen Zwetßgen/vnd werden mancherley auß frembden Nationen/Behem/ Franckreich/Vngeren vn̄ Welsch landen/zu vns gebracht/nit weniger der Küchē dann der Apotecken gebreuchlich/ so pflegt man auch dise zeyt / in lust Gärten solche Praumen zu propffen vnd pflantzen/inn sonderheyt die Damascena/welche fur die besten geachtet werden / sollen erstlichen von Damasco/ inn dise Landtart gebracht worden sein / daher wir sie noch Prumen von Damasco nennen. Die Praumē werden kalter vnd feuchter Natur gesetzet/ sind dem hitzigē trucknen Magen vast nutz vnd gut/ von wegen jrer feuchtigkeyt/lindren sie auch/ vnd sänfftigen den Leib zum stulgang/grün sind sie dem Magen nit also nütz/auffgedert etwas bequemer/ sollen den lust vnd Appetit zu der speiß benemen/furnemlichen die süssen/ sind denen nicht nütz welche vol Flegmatischer feuchte sind / füren vast wenig/Vnder dise Praumen mögen wir auch vnsere hylendische Pflaumen zelen / vnd fur das erst die weyssen Pflaumen/oder Spylling/die gantz Schnee weiß sind/ die sind schwerlicher dewung / aber die gelb farben/ wie

ein Wax/ ein grobe zehe ſchleimige feuchte/vnd ſol man aber alle diſe Frücht/ wann ſie friſch ſind/inn nüchteren fur anderer ſpeiſe nieſſen/Welche ſawer vnnd vnzeyttig ſind / als die kleinen runden Pflaumen / die man Wein Kriechen nennet/die ſtopffen den Bauch etc.

Die rechten auffgedorten Damaſcena / mag man inn der not vaſt nützlich brauchen/ ein dranck daruon geſotten/ inn allen hitzigen brinnenden Febren / dann ſolcher dranck die hitz leſchet vnnd miltert/iſt auch denſelbigen/ vaſt nutz vnd gut/ſo innerhalb im Leib/vaſt hitzig vnd trucken ſind/ oder hitziger vn̄ truckner Complexion vnd Temperaments.

FAbæ Bonen / Die dürren Bonen ſind ein ſpeiß/der groben hart arbeitenden Leuth / aber die zarten grünen Bönlin/ſind auch in reichen Küchen angenem/ vnd ſo man ſie inn der ſpeiß braucht/geben ſie ein luckloß fleiſch/plehen vaſt ſer/in ſonderheyt wo einer ſolche ſpeiſe braucht/ der jr nit gewonet wer/ doch wo man ſie wol zu bereittet / ſind ſie deſto weniger ſchedlich. Von den dürren Bonen ſchreiben alle erfarne Medici/ſo mancherley vnradt/vnnd ſchedlichheyt/ das wir ſie nit vnbillich auß der küchē bañen ſoltē. dañ ſie ſollē ein böß vngeſundt geſafft der narung geben/vnd ein böß geblüt/die nechtliche ruhe vnd ſchlaff/ mit mancherley fantaſtiſchen treumen/vnd geſpenſten verhindren / vn̄ vnrüwig machen/ darumb wie dieſe Bonen gedencken zu geraten etc.

GAllinæ Hüner/Wir haben in̄ Teutſch land die Hüner inn vaſt gemeinem brauch/inn der Speiß vnd nit vnbillich/dann ſolche ſpeiß vaſt leichtdewig iſt / vnd ein gut geſunder Safft der Narung gibt / inn ſonderheyt der jungen Hüner / die yetzund wöllen anfahen

legen/

legen/Solche Hüner wo sie ein wenig feist/ befeuchtigen sie den Leib/vnd geben jm ein schöne/ liebliche/vnd lebliche farb/vermeren auch die Substancz des Hirns/vnd Manlicher samen/ inn sonderheyt das hirn von Hüneren gessen/ dañ solches vast reich ich vnd wol füret/ Die jungen Hüner welche doch zeyttig/ sind auch vast leichter dewung/vnnd geben ein gut gesundt Temperirt Geblüt/ dz weder zu dünn noch zu dick/sind den müssig gehendē/in sonderheyt denē / so gar wenig leibliche vbung haben/ein nützliche bequeme speiß/ deßgleichen denselbigen/welchen die innerlichen geng im leib/ leichtlichen verstopffet werden/ vnd auch denselbigen / so ein vast hitzigen Magen haben.

GRuum carnes Kranich fleisch/ Bey vns Teutschen pflegt man dem schönen Vogel/dē wackeren wechter/dem Kranich / nit allein nach zu stellen/ seiner schönen Federen halb / sonderen auch seins Leibs halben/ welcher ein vast gut Wildpredt/ ist hitziger vnd truckner Natur/vast äderig vnnd voller fasen/ darumb man jn ein tag zwen oder drey halten muß/ehe dann man jn bereyt zu der speiß/ darmit er mürb vnd geschlachter werde/ Gibt ein grob Melancholisch geblüt/ darumb solche speiß denen/ so Melancholischer Complexion vnd Temperaments vnbequem.

HOedorum carnes Kytzen fleisch oder Zyckin fleisch/ ist inn vnseren Teutschen küchen auch vast gemein/ doch nit also angenem als das Lambfleisch/So es doch vast leichter dewung/ gibt aber wenig Narung/dañ es füret nit wol/ gibt auch ein dünn feucht geblüt/ist denen am gesündesten / welche warmer vnd truckner Complexion sind/doch geben auch dieselbigen Kytzlin/ oder Zy

cklin/ vil besseren gesafft der Narung/ Welche nicht zu jung vnd der Milch zu nahe / oder zu alt sind / dann so baldt ein Kytzlin vber v. oder vj. Monat alt/ sol es nit mer ein Kytzlin oder Zycklin/sonder ein junge Geyß od' Zygen genant werden. Etliche halten darfür/das die geferbten Kytzlin/vil besser vnd gesünder sein/dann die gantz weissen etc.

LAc Milch / Die Milch ist eĩn Ernererin vnd auffbringerin des Menschen / von anfang seiner Geburt/an welche er nit erhalten/ oder ernert werdẽ mag/ mag vnderschiden werden inn dreyerley Substancz / als erstlich inn die Wesserig Substancz / des Molckens oder Schottens/die ist dünn/reinigt vnd sänfftigt den bauch/ so man sie von der Milch scheidet/vnd drinckt / Die ander Substancz/ist gröber vnd dicker/vñ ist die Substancz des Käß/die selbige stopffet/Die dritt Substancz/ist das Fett oder Butter/welche das mittel haltet/ zwischen den andren beyden/Vnd ist zu mercken das ein yede Milch/ ye mer sie der erstẽ dünñen/wesserigen Substancz in jr hat/ ye gesünder sie ist/Aber ye mer sie d' Substancz des käß in jr hat/ye vngesünder vñ schedlicher sie zu achtẽ/dañ solche Milch verstopffet die Nieren/vñ Leber/vnd verursacht den stein zu wachsen / Man sol aber furnemlichen warnemen/das das Vihe daruon die Milch gemolcken wird/gesundt sey/nit zu feist/vnd nit zu mager/vnnd ye frischer die Milch gemolcken / ye besser vnd gesünder sie ist / dann ye lenger sie stehet / ye schedlicher sie genossen wird/am kosten sol die Milch süß sein/ aber kein andere geschmack gantz vnd gar / darinne gespürt werden/ an der farb soll sie nit bloe oder groefarb, sonder gantz weiß sein/So man die Milch mit massen/ wie sich gebürt nützet/so befeuchtet sie den Leib / inn sonderheyt wo sie gebürlicher massen gedewet wird / bekömpt also dem Leib

vast

vast wol/dienet inn sonderheyt der Brust / vnnd Lungen/ aber dem Magen inn sonderheyt der feucht ist/ bekómpt die Milch nit wol / vnnd wie der alt namhafftig Griechisch Medicus Hyppocrates anzeigt / erwecket die Milch Hauptwee / darumb setzet er ein sonderliche Regel oder Aphorismum/ dz man denselbigen so mit hauptwee behafft / oder darzu geneigt/ kein Milch geben soll/ dann die Milch verwandlet sich leichtlichen im Magẽ/ vnnd gerinnet darinnen/ darauß grosser vnradt entstehet/ Die Milch ist auch den Zånen vñ billeren schedlich/ vnd verletzet sie/ darumb sich die selbigen fur der Milch hútten sollen/ welche blóde schwache Zån vnd Zanfleisch haben/ oder wo sie Milch niessen/ sollen sie den Mundt mit Wein sauber abspielen/ Die frisch gemolcken Milch also warm inn die Augen gethan / miltert die scharpffen flúß der Augen etc.

LActuca Lactucken/ oder Lactic, Jst bey vns Teutschen / das aller gemeinst vnd gebreuchlichst Salat kraut/ kalter vnd feuchter Natur im dritten Grad/ Dises Salat kraut/ leschet den durst/ macht sanfft schlaffen/ wird auch nicht also schwerlich gedewet / als andre koch kreutter/ so man inn der speiß braucht/ sånfftigt auch den stulgang gar wenig/ gibt auch nit gantz vñ gar gesundt geblút/ das doch auch nit schedlich ist/ oder gantz vñ gar leblich/ ist vast nutz vñ gut denselbigẽ/ welche ein hitzigen Magen haben/ doch sol man dises kraut nit zuuil brauchen/ dann der Leib wird daruon geschwecht / vnd das Gesicht befinstert / vnnd die fleischlich begirdt daruon gentzlichen erloschen vnd benomen/ Welche blut speyen/ die sollen dises Kraut vermeiden/ deßgleichen alle die so schwerlich athmen/ oder hefftigen keuchen/ vil Flegmatischer Feuchte bey sich haben / oder Flegmatischer Complexion vnnd Temperaments sind / Vnnd vorab

 die-

dieselbigen / welche begeren Kinder oder Erben zu ziehen / So man Lactic bletter zerstösset / vnnd mit Rosen wasser vermischet / Leinin tüchlin darinn netzet / vnd an die schläff legt / macht die stettig wachenden / so jr natürliche rhu oder schlaff nit haben / mögen senfftiglichen schlaffen.

LEporum carnes Hasen fleisch / Der Hase ist inn Teutschland / vnser Edelleuht vnd Stadt Junckeren sonderliche hoffliche kurtzweyl / verwar ein schlecht Wildtpredt / doch in reichen Küchen hoch berümbt / ist masten vñ feisten leuthen / die gern mager werdẽ wolten ein vast nützliche speiß / aber die vorhin dürr / mager vñ ran von Leib seind / die sollen sich des Hasen fleisch messigen / dañ solchs gibt ein grob dick Melancholisch geblüt / stopffet den Bauch / furdert aber den Harn / Doch wo man solches fleisch vermag genugsamlichen / vnd wie sich gebürt zu verdewen / so gibt es auch gute narung / vñ füret vast wol / dienet fur verstopffung des miltz / vnd der Leber / soll aber der Lungen schedlichen sein / macht vnrhu vnd stettigs wachen / Das Hasen hirn ist denen vast nutz vñ gut / zum offteren mal gessen / die hefftig zytteren vnd beben inn Glidren etc.

MAla Oepffel / Der Oepffel sind auß vilfaltiger pflãtzung / ympfunff / vnd beltzung halb / mancherley art vnd vnterschid / bey vns Teutschen erwachsen / inn Form / Gestalt / Geruch vnd Geschmack / wo man solche nach ordnung beschreiben oder erzelen wolt / das es ein sonderlich Büchlin erfordren würde / wie dann allen denen zu wissen / welche Teutschland etwas durch wandret haben / aber inn kurtz von solchem obs zu schliessen / sehen wir das die selbigen Oepffel / welche ein rauhe vnnd astrin

astringirende krafft / haben ein kalten vnnd yrdischen Safft der Narung geben / aber die süssen öpffel sind eins mitleren rechtmessigeren Temperaments / zu werme mer geneigt / darumb muß man wissen / welche art einem yeden am bequembsten / vnd gesündesten / als nemlichen / die ein reuhe haben / vnd astringirende krafft / sind denen am aller gesündesten / vnd nutzlichsten / so ein hitzigen feuchten magen haben / dañ solches vnmessig temperament oder verandrung der Complexion / dardurch wider zu rechten masse gebracht werdt / aber die sawren Oepffel sol man niessen / wo im magen sich ein dicker / grober / schleim sich samlet / der doch nit zu kalt sey / dann die sauren öpffel ledigen oder lösen ab / die schleimige / zehe / feuchte / vnd füren denselbigen durch den stulgang hinweg / Aber die süssen öpfel sol man denselbigen geben / die ein kalten magen haben / welchen sie am gesündesten sind / Aber inn einer summa zu schliessen / sind alle art vnd geschlecht der öpfel / bey den alten erfarnen Medicis in verdacht / das sie den Neruen oder weissem Geäder / sollen schedlich vnd verletzlich sein / inn sonderheyt die rohen öpfel / aber solche schedlichheyt verlieren sie vast leichtlichen / durch mancherley künstliche bereittung / inn der Küchen etc.

MAla punica Granaten öpfel / Vnder allen Baumfrüchten / ist der Granaten apfel / also ein wilde vñ gepflantzete Frucht / gar nahe die aller schönest vñ wunderbarlichst / gewonet vnsere Teutschen lufft / das er inn zimlicher grösse wachset / plühet vnd Frucht bringt / die mag aber von reuhe vnd kelte wegen / der witterung nit fürkommen / vil weniger dann die Feigen / vnnd andre frembde außlendische Gewechß / welche wir alle vnder dem namen Welsch begreiffen.

Vnd

Vnd sind aber diser schönen / holdseligen / lieblichen öpfel dreyerley natur / vnd vnterschidt / dann etlich am geschmack sauer/etliche süß/ etliche aber haben ein wein sawerē geschmack/das ist zu keinem theyl geneigt/weder sawer nach süß/Die süssen Granatē öpfel/ sind der brust vast nutz/geben ein gut safft der narung/vnd haben ein wermende krafft / aber die sawren Granaten öpfel/ bewegen den Harn/vnnd sind vast krefftig/ nützlich/ vnd gut/ zu allen Feylen vnd gebrechen / die von der Gallen oder scharpffen Cholerischen materii verursacht werdē/ inn sonderheyt inn grosser / vnd hefftiger hitz vnd entzündung/des Magens vnd der Leber. Dienet auch für den Sodt/vnd das jucken im Magen / von schedlichen feuchten verursacht. Den safft von süssen vnd sawren Granaten/so man Granaten öpfel wein nennet/zusammen vermischet vnd eingetruncken/sänfftigt den bauch/ vnd füret auß / Gallen oder Cholerische feuchte/ on alle beschwernus/ oder nachtheyl/ stercket auch vnd bekrefftigt darbey den Magen / Welche kalter natur sind/sollen die Granaten öpfel vermeiden / dann daruon wird jnen aller lust vnd Appetit / zu fleischlicher begird benomen. Sawer Granaten öpfel safft mit Honig vermischet/vnd in die Augen gethon/ bringt wider das verloren verdunckelt Gesicht etc.

MEl Honig / Ob gleich wol der Honig dermassen von Apotecker/ zu sich inn seinem gebrauch eingezogen worden / das er gar nahe on Honig vnd Zucker/ kein Confect machen oder bereitten kan/ist er doch auch inn der Küchen/seiner lieblichen süssigkeyt halb/mancherley speisen darmit an zumachen/nit weniger angenem vnd gebreuchlich. Warmer vnd truckner natur im andren Grad/hat ein reinigende od̃ mundificirende krafft/ mit

mit etwz scherpffe/ dardurch er auch zum stulgāg reitzet/ doch furdert oder bewegt er mer den Harn/ es sey dann sach/ das man ein Honig Wasser daruon bereitte/ dañ der Honig nit allein/ wie gesagt den Apotecker/ sonder auch dem Koch vnd Keller/ nützlich vnd gebreuchlich ꝛc.

Alten Leuthen vnd denen/ so kalter Complexion vnd Temperaments sind/ ist der Honig vast nütz vnnd gut/ aber die hitziger Complexion sind/ sollen den Honig meiden/ dann er verwandlet sich inn jnen leichtlich/ inn gallen oder Cholerische feuchte/ Der best Honig sol lieblich süß sein/ mit etwas scherpffe/ gelber farb/ zimlich feyst/ vnd etwas dünn/ vnd ist der Honig so im früling abgenomen wird der best/ nach demselbigen der Summer honig/ aber der winter Honig/ ist zu der speiß vntauglich/ dann er vast leichtlich inn Gallen/ oder Cholerische feuchte verwandlet wird/ furnemlichen denē so ein hitzigen Magen haben. So man Honig zu end der malzeyt ysset/ so man vil Wein getruncken hat/ lasset den Wein nit vbersich steigen/ oder die schedliche Dünst vnd Dempff/ vbersich riechen inn das Haupt/ derhalben die Hispanier wo sie Wein trincken/ gewönlichen Honig drauff sen.

So hat auch Key: May: im brauch/ inn der malzeyt Honig zu niessen/ Der Honig bringt auch lust vnd Appetit zu der speiß/ denselbigen/ welche von wegen zeher/ schleimiger materij/ wenig lust haben zu essen/ dann der Honig ledigt ab die zehen Flegmatischen schleim/ Aber alle speise so man mit Honig bereittet/ sind schwerlicher dewung/ vnnd wo sie nicht gentzlichen gedewet werden/ verursachen sie verstopffung der Leber/ vnnd des Miltzes/ zuuilfaltiger gebrauch/ der Honig speisen soll auch raud/ grind/ vnd schebigkeyt verursachen etc.

MEspila Nespel / Der Nespel haben wir in Teutsch landē dreyerley art / die schönē grossen gepflantztē Nespel/die gemeinē kleinen Nespel/ vñ die wildē nespel/ die mā Eltzber vñ Elbseken nenet/ sind alle im brauch/ in d so pflegt mā sie auch ein zu machen/nemlichē die Nespeln in Honig vñ Zucker/aber die Eltzber allein in heffen oder krausen/von gutem krefftigen wein etc. Die Nespel sind so rauch vnd herb/ das man sie nit niessen mag/ sie seind dann von langem ligen gantz erzeyttigt / das sie weich werden/stopffen den Bauch etc.

MIlium Hirsen / Der ist bey vns Teutschen ein vast gemeine speiß/ vnnd tegliche kost/ beym gemeinen man vnd Bawerßuolck/kalter natur/ schwerlicher dewung/stopffet den Bauch/ vnd verhindert den stulgang/ gibt auch geringe narung/füret wenig/ist denē ein nützliche speiß / welchen von nöten ist / den Magen zu külen vnnd trucknen / doch so man jn mit guter Milch / oder Mandel milch kochet / wird er nit also vndewig/ vnnd auch inn den reichen Küchen also bereittet etc.

NVces Gemeine Nüß / Die nennen wir auch Welsche nüß oder Walnüß / die pflegen wir dürr vnnd grün inn der speiß zu niessen/ Die grünen frischen Nüß/ sind warmer natur im ersten Grad / Wo man sie aber auffderret / werden sie hitzig im andren Grad. Die grünen Nüß sollen den Bauch flüssig machen/sind leichtlicher dewung dann die Mandelkern / Aber die dürren Nüß / wo man jr zuuil neusset / fressen sie den Mundt auff/vnd erwecken das essen im Mundt/ vnd dergleichen schedigung / darumb derhalben der brauch inn reichen Küchen/die dürren Nüß inn wasser ein zu weichen / vñ widerumb grün zu machen/aber doch sind die Nüß am

aller

aller gesündesten/so man sie als man inn der Fasten zeyt pflegt/mit Feygen ysset/ Nüß vnd Feygen zu samen/so man auch Nüß Kernen/ Feygen vnnd etliche Rautten bletter miteinander ysset/ in nüchteren fur andrer speiß/ ist ein krefftiger widerstand vñ Tiriac/ wider alles gifft/ vñ wird solches Remedium von allen erfarnen Medicis/ als ein sonderlich gãtz gewiß vnfelbar Experiment/ vber die maß hoch gelobt etc. Die einen kalten Magẽ haben/ die dewen die nüß leichtlichen/aber die ein hitzigen Magen habẽ/die sollen der Nüß sich nit vil gebrauchen/dañ sie verwandlen sich inn ein scharpffe Cholerische feuchte/ welche weethumb vñ schedigung im halß erweckt/haupt wee verursacht/vnd hefftigen husten bringt etc.

NVx Muscata Muscaten nüß/ Die edle Nüßlin/ braucht man als ein gewürtz inn der speiß/ wiewol sie auch eingemacht genossen werden/ sind warmer vnd truckner natur im andren Grad/ stopffen den flüssigen Bauch/vñ vnmessigen durchbruch des leibs/ als wir droben auch anzeigt haben/ in beschreibung d Bonen. Die Muscatẽ nüß sind dem Magen vñ der Leber/vast nutz vnd gut/stercken vnd bekrefftigen sie/ vnd benemen alle veraltete feel vnd gebrechen der selbigen / doch sollen die Muscaten nüß als etliche erfarne Medici inn sonderheyt verzeichnet haben/der Lungen schedlich sein.

OLeum cummune Baum öl/ Das süsse Baum öl so man auß den wolzeyttigen Oliuen außpresset / ist zimlicher werme/vnnd befeuchtig mehr/ aber das grün Baum öl so von vnzeyttigen Oliuen außgepresset worden,/ye rauher vñ herber es ist/ye mer es keltet. So man das Baum öl waschet wird es süß / vnnd verleuret alle scherpffe/ Das Baum öl ye ålter es wird/ye mer es hitziget/vnd discutirt oder zerteylet. Das Baum öl ist inn vnseren

seren Teutschen kůchen nit weitter gebreuchlich / dañ die Salat kreutter / Kappreß / Spargen / vnd was dergleichen ist mit Essig vñ Saltz anzumachen / welcher vrsach halb sich sein Natur vnd eigentschafft mancherley verwandlet / nach der art vnd eigentschafft der speiß / welche darmit angemacht wird etc.

ORiza Reyß / Der Reyß ist bey vns Teutschen ein fremde frucht / so vnserer Velder vnd Lufft auch nit gewonet / ist aber doch inn gantz gemeinem brauch / durch gantz Teutsch landt / gibt zimliche Narung / vnd füret wol / ist aber langsamer vnd schwerlicher dewung / Der Reyß stopffet / doch so er mit guter vnuermischter Milch / oder feister fleisch vnd Hüner brů / kochet vnd bereyt wird / ist er ein nützliche speiß / welche dem Leib wol bekůmpt / starck vnd leibig macht / ein gute lebliche farb gibt / vnd den natůrlichen Samen vermeret etc.

OVa Ayer / Es sind furwar die Ayer ein vast nützliche Kost / gesunden vnd krancken / reichen vnd armen / dann wir Teutschen kaum ein stück inn vnseren Kůchen haben / daraus man also mancherley richt bereitten kan / als von Ayeren / vnd werden aber die Ayer dreyerley von einander vnterschiden / als fur das erst in jhr eigten Substancz / der ander vnscheidt / ist nach der zeyt / nemlichen ob sie frisch oder alt seien / aber der dritt vnterscheidt ist / noch dem sie bereyt oder kochet werden / dann die gantz weichen Ayer / welche von erfarnen Medicis Oua serbilia genant werden / die pflegt man kaum recht warm werden lassen etc. Die aber wax weich genossen werden / můssen der hitz des Fewers ein wenig mehr empfahen / Die frischen weich gesotnen Ayer die gehent schnel hindurch / sänfftigen die reuhe der Kehl / darumb etliche

etliche vermeinen ein helle Stim daruon zubekommen/ wo sie rohe Ayer einsuppen / Doch pflegen solche gantz weich gesotne Ayer wenig Narung zu geben / Die harten Ayer sind ein grobe speiß / schwerlicher dewung/ gehend langsam durch / vnd geben ein vast dick grob Geblůt/ Ayer im schmaltz nach vnser Teutschen manier/ist ein schedliche vngesunde speiß/dann sie geben wenig narung / vnd so man sie im Magen dewet / so riechen sie vast starck vber sich/ geben ein schedlich gesafft der Narung/darumb die Welschen ein ander manier brauchē/ solche Ayer im schmaltz zu backen/ setzen ein zinen schůssel auff ein glut pfannen/ thunt frische butter darein lassendts wol warm werden/schlahen dañ die Ayer hinein/ Aber vnter allen manieren die Ayer zubereitten/ das sie am aller gesündesten sein/wird von erfarnen Medicis gesetzet/das man siedendt Wasser hab / vnd das Ay darein schlahe/vnd nit lenger sieden lasse / dann biß dz weiß gerinne vnnd der dotter weich bleib / solche Ayer pflegt man auß dem Wasser inn ein frische zerlaßne Butter zu legen.

So wir aber dises orts alle manier der bereittung der Ayer/vnd was von Ayeren/von richten/vnd mancherley speisen zubereyt wird/nach Teutschem vñ Welschem gebrauch erzelen woltē/ würde ein sonderlich Kochbůchlin geben / wöllen aber vmb kürtze willen vnterlassen/ vnnd ann einem andren bequemeren ort weydtleuffiger handlen/Doch merck das allein / die Hůner Ayer tauglich sind zu der Speiß/ wiewol die erfarnen Medici auch die Ayer der Rephůner / Haselhůner / inn sonderheyt hoch loben/vnd vast krefftig achten / Genß vnd Enten Ayer seindt gãtz vnfrenndtlicher niessung/werden allein vom Gemeinem man etwan genossen/geben ein vast böse Narung / Die Alten haben die Ayer mit Butter vnd Honig gessen etc.

PAguri Krebß / Werden auch Cancri genant / Bey vns Teutschen ein vast gemeine / doch zimlich herrliche speise/ sind denselbigen vast gesundt/vnd dienstlich/ welche schedigung vnd Vlceration der Lungen haben/ sollen aber der Blasen schedlich sein etc.

PAnis Brodt / Des Brodts wird so mancherley Art/ vnd vilfaltiger weiß vnnd manier/ allenthalben gebachen / das nit wol müglich solchen vilfaltigen vnterscheidt/inn gewisse Reglen zu fassen/doch ist inn kurtzer summa zu mercken/das die narung oder fürung/welche wir von Brodt entpfahē/viererley gestalt vnterschieden wird/ als fur das erst der materij halb/ zum andren der bereittung im Tayg/zum dritten des backens halb/vnd zum vierden/nach dem vnd man es braucht etc.

Das best vnd gesündest Brodt ist / so man von dem aller hartesten vnd volkommesten Korn/ so man kaum vnter den Zänen zerbeyssen kan/doch hernach lind vnd melbig ist backet/ Das grob rucken Brodt/oder gemein speiß Brodt/ gibt ringe narung/ gehet schnel hindurch/ von wegen der Kleyen/ welche ein abstringirende krafft haben/ vnnd die darin zum außtreiben der vberflüssigkeyt des stulgangs anreitzen.

Aber das gar rein subtil Semmel Brodt/gehet nit al so schnel durch/vñ ist aber zwischē dem aller gröbsten vñ aller sübtilesten Brod/ein solcher vnzelicher vnterscheid/ das nit müglichen solches inn kurtze/wie vnsere furgeno mene ordnung erfordert/ zu fassen / doch wöllen wir zu sonderlicher auffmerckung/ etliche kurtze Reglen/die hie rin wol warzunemen/ zu sonderlicher nutzbarkeyt erzelen.

Vnd ist fur das erst zu mercken/ye reiner vnd subtiler das Brodt/ye besser vnd gesünder geblüt vnd narung es

gibt/

gibt/vnd ye baß es auch füret/So dann das Brod wol angesewert oder geheffet ist/ vnnd im Teig vast wol gewirckt/vnd erarbeyt/vnd rechter massen gebacken/das ist am leichtdewigsten/vnd gesündesten etc. Das warm Brodt wie es auß dem Ofen kömpt gessen / gehet langsam durch/gibt vil narung/ vnd füret wol/ ist aber vast schwerlicher dewung etc.

PAuonum caro Pfawen fleisch / Es ist des menschen schleckerhafftigkeyt also groß vnd mechtig / das den aller schönsten Vogel den Pfawen/wie herlich vñ schön er von Federen/wunderbarlicher schöne gezirt ist/ solche schöne nit helffen oder erretten mag/sonder er muß auch inn die Küchen/ vñ den reichen mit grossen gepreng fur getragen werdē/so sein fleisch doch nichts/ dañ harte fasen vnd zaseren/nichts dañ vberflüssigkeyt gebiert/ vnd gantz vndewig ist / Doch sol der Pfaw ein sonderliche/ krefftige eigenschafft haben/nemlichen so man jn seudet/ vnd die brü den selbigen gibt/die mit dem scharpfen wee anzündung vñ schmertzen des ryppfellinß beladen sind/ inn sonderheyt wo solche brü vast feist etc.

PAstinacæ Gelb vnd rot Mören / Dises süß vnd wol geschmückt Würtzlin/ hat bey den Gelerten bißher/ gar vil zanck vnd widerwertigkeyt erweckt/ dañ dieweil vnsere Kreutter Meyster / nur auß den Buchern vnnd Brieffen der Kauffleuth/ welche jnen frembde Kreutter vberschicken/ jre Kreutter Kunst zu studiren/ dann im Veld vnd Wildnussen/ nit allein Teutschlandts/sonder auch andrer frembder Nationen / ist sich nit zuuerwundren/das sie auch die gelben Ruben nit wissen zu kennē/ aber von disem vnd andrem mag der gut hertzig Leser/ vnser new Reformation der Apotecken/ Annotationes in Diosco-

Dioscoridem & Theophrastim, Symphoniam omnium qui de Herbis uera & cum ratione scripserunt, vnd vil ander dergleichen schrifft arbeyten/so wir gemeinen nutz zu ehe ren vnd wolfart/haben publiciert, vnd nach teglich wider alle Machmationes, vnserer tadler inn Truck verord nen etc. Dise süß Rüblin sind Frawen ein anmüttig kost/ vnd lieplich Confect, wo man sie einmachet/werden von erfarnen Medicis gesatzt warmer Natur / im andren Grad/ aber feucht im ersten/ vnd ob dise Rüblin gleichwol ein wenig lieblicher sind / dann die weissen Rüben/ so geben sie doch nit also vil narung/ füren nit also wol/ haben aber die krafft/ das sie den Harn fürdren/zu vnkeuschheyt vñ fleischlicher begirdt bewegen/ plehen etwz vnd sind schwerlicher dewung / inn sonderheyt wo man sie/wie im Niderlandt der brauch rohe isset/aber mit guter fleisch brů od mit butter bereyt/pflegen sie den bauch zu sånfftigen/den Weiberen jre gebürliche reinigung zu fürderen/geben nit zu gar vast gesundt Geblůt/machen den natürlichen Samen flüssig/ vnd wesserig/vnd erhitzigen die Nieren. Hie ist aber inn sonderheyt zu mercken/das diser Moren oder Rüblin/zweyerley art sind/ Die erst daruon wir gehandlet haben / ist schöner gelber farb / aber die ander manier so im Teutschlandt allein/ vm̃ Straßburg am gemeinsten/ vñ bekandtlichsten/die ist gantz blutrot/vñ hat sich hie aber mals/beyden kreut ter Meysteren ein jrthumb erhaben/welche dise rotte ruben/mit den rotten Beten oder Mangolt wurtzlen confundiert haben. Vñ werden aber die rotten Mören von erfarnen Medicis gesünder vnnd besser geachtet / dann die gelben/welche auch vil gemeiner/ dann diser zeyt die rotten Mören allein zum einmachen/vnd nit zu der speise gebraucht werden/ vnd ist aber die vrsach/ das sie sollen nützlicher vnd besser sein / das sie sampt jrer werme

auch

auch ein mechtige ſcherpffe haben / darmit ſie den zehen groben ſchleim abledigen etc. Wie aber ſolche Rüblin ein gemacht werden / vnd nützlich gebraucht / ſuch im an dren theyl von bereittung aller Confect / vnd Apoteckiſcher Compoſitionen oder Mixturen etc.

PHaſiani Faſan / Der Phaſian iſt ein edel wildpredt / dann er vaſt leichtdewig / gute Narung gibt / vnd ein feiſch gut geſundt Geblüt / Doch ſo wir ye die Warheyt bekennen wollen / ſo mag ein guter feiſter Capon einem yeden Faſan / inn diſem allen gleichen / vnd bey weilen wo ſie gleichlich bereyt werden / vbertreffen.

PErdicum caro Rephüner / Die Veldhüner vñ Rephüner / ſind etwas gemeiner dann der Phaſan / bey vns Teutſchen ein ſeer leichtdewige ſpeiß / die gute geſunde Narung gibt / doch wollen die alten erfarnen Medici / das man ſie nit alſo ſchnel / als ſie abgewürgt ſind nieſſen ſol / ſonder den andren tag / vnd wo es die zeyt leiden mag hitz halben / den dritten tag / inn welchem fall jnen fur war trewlich geuolgt wird / dann bey vns Teutſchen der brauch / das man ſolche Rephüner / deßgleichen ander Wildpredt nit ehe zu tiſch tregt / es ſey dañ halb faul vnd ſtincke / Rephüner fleiſch ſol den Bauch ſtopffen / vñ gibt ein ſubtil dün geblüt / vnd wo dick grob geblüt verhanden erdünnet es daſſelbig / diſes Wildpredt / dienet den ſchwachen vnd blöden Menſchen / die on vnderlaß mit kranckheit vberfallen werden / wenig eſſen mögen / vnd ein feuchten Magen haben / Die Leber von Rephüneren vnd Haſelhüneren / iſt ein nützliche behülffliche ſpeiß / fur den ſchweren erſchröckliche gebrechen der fallende Sucht / die Gallen inn die Augen gethan / macht hell / klar / vnd lauter Augen ſcherpffet das Geſicht etc.

PErsica Pfersich/ Ob vnsere Pfersich aus Persia kō=
men sein/ vñ solcher gifftiger art gewesen/ wer auch
wol zu disputiren/wil sich nit dafur ansehen lassen/ aber
vergleichung/ď wörtlin bringt etwan schweren jrthum/
dise Frucht ist inn Teutschlanden vast gemein/vnd mag
nützlich inn der speiß gebraucht werden/von dem eigent
lichen Grad/ in kelte vnd feuchte/ zweifflen die erfarnen
Medici/vnd nit vnbillich/dann solcher Frucht durch die
pflantzung manchergley art/derē etliche feuchter/etliche
truckner Augenscheinlich gesehen werden etc.

Alle Geschlecht der Pfersich / geben ein Flegmatische
feuchte/ werden schwerlichen gedewet/ vnnd gar schnell
im Magen corrumpirt, oder zerstöret/darumb wo man
der Pfersich zuuil frisset/volgt gemeiniglichen ein feber/
So haben sie auch ein sonderliche eigentschafft / das sie
dem weissen gäder schēdlich sind etc.

So man aber die Pfersich mit rat niessen wil/ das sie
weniger schaden/sol man sie alle zeyt zum ersten/fur an=
drer speiß niessen/vnd ein gutentrunck krefftigs wolriech
endts firnens Weins darůber thun/welcher trunck jnen
jre schedlichheyt zum theyl benimpt/die wol zeytigen nas
sen Pfersich die erweichen den Bauch/vnd sänfftigen jn
zum stulgang/ aber die rohen vnd vnzeittigen Pfersich
stopffen jn/Es wird aber ein gemeine Regel gesetzet/dz
man sich mit höchstem fleiß verhůten soll / das man kein
Wasser auff die Pfersich trincke/Weitter zum beschluß/
ist zu mercken/das der Safft des Pfersich baum laubs/
vber die maß ein krefftige Artzney ist / den Kinden fur
die Würm eingeben / oder den Bauch vnd Nabel dar=
mit wol gesalbet etc.

PInei Nuclei Pineen kernen/ Ob dise frembde Kern=
lin/ gleichwol mer in der Apotecken/ dañ vber Tisch
gebreuch=

gebreuchlich/haben wir sie doch nit vberschreitten wollē/ dann sie bey denen so jrer gesundtheyt pflegen/ inn vast gemeinem brauch sind / Erstlich inn ein siedent Wasser geschut/darin wol erschwellet/ dann inn kaltem Wasser widerumb erwaschen/mit Zucker vnd Rosen wasser angemacht/ gibt ein herliche kreffige richt. Dise Kernlin sind warm im andren Grad/trucken im ersten/geben vber die maß reilchiche Narung/vñ füren wol/ob sie gleichwol schwerer dewung sind/ vnd groben safft oder feuchte geben/geberen aber doch gut löblich geblůt/sänfftigen/lindren/vnd milteren alle reuhe der Wehen/ dienen auch den schedigungen oder Vlceren der Blasen/vnd be nemen alle scherpffe/die sich im Magen vnd Nieren erhept/Vertreybt den alten husten/vnd alle gebrechen der Lungen/ von Feuchte verursacht / so Eytter geben im außwerffen/man mag sie auch mit Zucker bezogen oder conficirt niessen/oder mit Honig/ oder gesotnem Most/ so meren sie den natůrlichen Samen / vnd sind auch denen vast nutz vnnd bequem/ die geneigt sind zum zytteren vnd beben der Glider etc.

PIper Pfeffer/ Die Pfeffer körnlin find ein gemeine Würtz / auch beym Baurs man/ welche auch seine Kost darmit weiß meisterlich anzubesseren / ist ein vast hitzig gewůrtz/ dann es hitzig vnd trucken ist/ biß in den dritten Grad / Pflegt die vast groben zehen Flegmatischen schleim ab zu kratzen/ vnd ab zu ledigen/ zerteylet auch alle wind vnd plehung im Leib/wie grob vnd vngeschlacht die seien/trucknet die feuchtigkeyt in der brust/ vnd Lungen/ vnd allen Glidren des eingeweidts/ doch sol er den Nieren schedlich sein etc.

BIra Byren / Der Byren haben wir durch fleißsige pflantzung vnserer Gärtner ein solche menig bekom

men/inn solchem vilfaltigem vnterscheidt/das jr natur/ vnd eigentschafft/ im kurtzen nit angezeigt werdē mag/ allein dz man wisse/das solches obs rohe nit gessen sol/es sey dann wol zeittig/Byren inn der Aschen gebraten/od mit Butteren verdempfft/ geben ein liebliche kost/ dann also verlieren sie alle jre schedlicheyt/ inn sonderheyt mit Aniß vnd Fenchel samen besprengt etc.

So man der rauhen vnzeittigen Byren zuuil frisset/ so geben sie gar bald das grimmen vnd leibwee /die Colic genant etc. Wolzeittige Muscateller Byren/ vbertreffen jres gewürtzten edlen geschmacks halb alle Byren/ rohe oder eingemacht genossen/ nach disen zum brattē/ kochen / einlegen inn Wein / vnd dergleichen die Regel Byren etc.

PIsces Visch/Wo gleichwol wol der Visch allenthalben inn Teutsch/nit also ein vnzalberer vnterscheid wer/mancherley art/manier/ vnd gattung/so sind doch die die sonderliche namen/ die ein yeder Visch inn yeder Landtschafft bekómpt genugsame vrsach/das man nit von einem yeden inn sonderheyt schreiben kan/darumb wir es inn kürtze alles inn einer summa begreiffen wöllē vnd setzen/das alle Visch kalter vnd feuchter natur oder Temperaments sein in gemein. Aber die sich in Steinen vnd Felsen halten im Wasser/ sind vil gesünder vnd besser/dann die andern/ dann sie sind leichtlicher dewung/ geben ein gut gesafft der Narung/vñ befeuchtigen zimlich/ dann sie sind nit hart von fleisch / Nach disen sind die frischen Mehr visch / die auff dem hohen Mehr gefangen werden/die gesůndesten vnd besten/Aber die inn faulen/stilstenden Wasseren/Graben sthen/vnd Weiheren/sind nit gesundt.

Es haben die alten erfarnen Medici sonderlich gewisse war-

se warzeichen gesetzet / darbey man erkennen inn yeder Landtart ein vnbekanten Visch / ob er gesundt oder vn gesundt sey / nemlich das man war nemme / das er kein hart / rauhe / vnartig speiß fleisch hab / sonder lindt / wol vnd hart geschiept sey / nit schleimig oder glat / so man jn bereyt / das er nicht nach mür oder anderer vnreinigkeyt rieche / Sol auch nit zu feist sein / vnd so er am lufft ligt nit bald corrumpirt / oder zerstöret werden / vnd fur allen dingen am geschmack lieblich / darmit man nichts mit vbertrieß oder vnlust / vñ widerwillen niesse / welches inn Vischen in sonderheyt wol war zu nemen / wo man schwere Kranckheyt vñ mancherley Süchte vermeiden wil / sunst wo obgemelte zeichen an einem frembden vnbekanten Visch gespürt werden / mag man in sicher niessen / dann solche Visch leichtlicher dewung sind / vnd gut gesundt geblüt geberen / wiewol alles geblüt so von Vischen geboren / wird vil reiner / subtiler / vnd dünner ist / dann von fleisch Speisen. Hie ist aber auch inn sonderheyt wol zu mercken / das die Visch denen am dienstlichsten vnd bequemsten sind / die kein vbung haben / sich keiner arbeyt oder leiblicher exerutation gebrauchen / vnd denen so von schwerem leger / langwiriger kranckheyt ge sundt auff kommen / So man in den Steten da vil wasser ist Visch e niessen wil / sol man fleißsig acht haben / dz die selbigen nit innerhalben an den selbigen orten gefangen worden sein / dahin mancherley Secret , ren außgang haben / oder sich Kot / vnflat / vnsauberkeyt hin versamlet / dann solche Visch sind gifftig vnd schedlich / aber die inn reinen / saubern / fliessenden / Wasseren jren gang haben / die geben gut Narung / vnd geblüt etc.

Die Visch sind denen am gesündesten / so Cholerischer Complexion oder Temperaments sind / das ist vil Gallen haben / aber die Flegmatischer natur vnd Complexion

 sind /

sind/werden daruon hart verletzet/deßgleichen die selbigen auch/die schwache nach gelaßne neruen haben/vnd lamb Glider / die sollē die visch vermeiden/furnemlichen Winters zeyt etc.

Gesaltzen Vischwerck ist hitziger vnd truckner Complexion/ledigt ab die zehen schleim/in sonderheyt wo solche guts saffts sind / vnd nit gar verhartet vnd verdorret/dann das gantz dürr vnd trucken Vischwerck/außgenomen den Rochen / aber furnemlichen den stinckenden grösten vngesunden Halbfisch / oder Plattiß vnnd Scholl/ solt ein yede fursichtige Obrigkeyt/auß den landen verbietten etc. Welche inn der Aderlasse gesaltzen Visch isset/der pflegt gern schebig vnd grindig/oder kretzig zu werden/

PVrcus Ein Schwein / Wie kottig die Saw ist/vnd wie vnflettig sie sich neret / so künnen auch Fürsten vnnd Herren Küchin/ doch nit das Speckts geratten/ wird von allen erfarnen Medicis gesetzet / guts leblichs Saffts der narung/ vñ gantz leichtlicher dewung/doch vnstandt/das das Schwein järig sey/dann alß sie schreiben/sol dz Schweinē fleisch etwas vergleichung haben/ mit dem Menschen fleisch/Darum̃ wir auch lesen in Historien / vnnd alten geschichten / das die selbigen so von grossem hunger / inn hefftiger thewrung oder mangel/ als inn besatzung der Stet/haben Menschen fleisch fressen müssen/ das sie bekant/ dz es kein andren geschmack noch art/ dañ das Schweinen fleisch/ daruon auch wir Teutschen etliche Fabel vnd Meren sagen/Disem fleisch gibt man zu/das es mer Narung gibt/ dann alles was man sunst niessen/oder brauchen mag/von andrer kost. Es möchte aber einen wunder nemen/ aus was vrsach das Schweinen fleisch also wol füret/vnd treffliche gute

Na-

Narung gebe/ so es doch also ein vast vnsauber Thier/ von fressens vnd sauffens halben / also das es sich mit andrer kost erneret/dann alles drecks/kodt/ vnfletigkeit vnd wust/vnd wie doch das Schwein solche vnsauberkeyt verdewen vnd inn Blut/ Fleisch/ vnnd solche feyste verwandlen mag/Aber die erfarnen Medici entscheiden dise frag darmit/das sie achten das das Schwein/einer solchen gantz rechtmessigen Complexion vnd Temperaments sey/nemen ein Exempel bey den Menschen/dann ein Mensch der rechtmessiger Complexion vñ Temperaments ist / auch frisch vnd gesund darbey / dem schaden nit leichtlichen böse/vngesunde/schedliche Speiß/die ein böse safft der Narung geben/Dann von der natur wird dasselbig das schedlich ist/ inn ein gut safft verwandlet/ mit der zeyt / Eben solcher Gestalt halt es sich auch im schlacht Vihe etc.

Welche aber ein feuchten Magen haben / die mögen das Schweinen fleisch nit wol verdewen/sonder sie werden innerlich verstopffet / von der schedlichen vberflüssigen feuchten/vnd zehen Humoribus oder schleim/welchen solches fleischs/ wo es vngedewet bleibt / mit der zeyt gebiert / vnd sich im Leyb samlet / Weitter dienet das Schwein nit allein inn die Küchen/den Bauch zu ersettigen/sonder auch der Artzney / dañ von dem Schwein in ð notturfft/mancherley Remedia daruō genomē werdē mögen/welche wir doch den fleißsigen vñ fursichtigen Haußhaltern/nit bergen wöllen/ Vnd fur das erst/ wo einer hart gangen het / also das im an Fersen die Haut hinweg wer/der bind von Schwein Lungen/ye ein stücklin darüber/ es heylet / Schweins Leber ob sie gleichwol sunst inn der Speiß nützlich genossen wird/so hat sie doch sonderliche krafft / wider vergiffter Thier schedigung vnd biß/mit Wein eingenomen etc.

Die

Die Schweinin Füß vnd Klölin / sind ein sonderliche gute berümpte speiß / bey vns Teutschen / geben zimlichen guten Gesafft / werdē den selbigen geben / so von kranckheyt auffkommen / wenig essen mögen inn Sültzen eingemacht.

Auffgederte Gallen von einem Schwein / dienet fur die schmertzhafften Feygwartzen / vnnd Knorren oder Schrunden im affter. Des Schweinen schmaltz nutzbarkeyt / nit allein inn der Speiß vnd Artzney / sonder auch inn mancherley Handtwercken / zu beschreiben erfordert ein eigen Buch etc.

Die kleinen Speeferklin / welche man also bey der Milch ysset / sind gantz feuchter natur / vnd voller vberflüssiger vnreinigkeyt / keins guten nach leblichē gesaffts / darumb man jr anders nit gebrauchen sol dann gebratten / Lung / Leber / Miltz vn̄ Eingeweydt / wol erschwellet / klein gehackt / mit gutem gesaltznen Speck / Pfeffer vntermischt / auch innerhalb mit Pfeffer wol beriben / benimpt jm also gebratten alle schedlichheyt etc.

Das Schweinin wildpredt so es Winters zeytten feist ist / wird es fur gesünder geachtet / dañ das zam̄ Schweinin fleisch / dann das Wildpredt gibt nit also vil vberflüssiger vnreiner feuchte / oder also grobe zehe schleim ꝛc.

PORRUM Lauch / Der Lauch hat inn Frülings zeyt inn der Küchen vil auß zu richten / ist hitziger vnnd trucknet Natur im ersten Grad / treybt den Harn / vnd gibt ein böß gesafft der Narung / verderbt das Gesicht / dann er macht dunckel Augen / wo man jn wolt zuuil vnnd vnmessig brauchen / wie etliche fressige Leuth pflegen / die jn rohe zu aller Kost fressen / er erweckt des nachtes vnrüwige fantastische treum / vnnd ist dem Magen seer schedlich / erhitzigt den natürlichen Samen / erwecket

aber

aber schmertzen vnnd weethumb des Haupts/vnd schedigt vber die maß seer/Leber/ Nieren vnd Blasen/ die Welschen sieden jn inn Wasser/ giessen die erste brů hinweg/ein ander dran/dann mit Essig/ Saltz/Baum öl/ eingemacht/vnd ein wenig Römischen kümmel darauff gestrewet / solche Speiß dienet wol denen / so ein kalten Magen haben.

RAdiculæ Rettich/ Den man auch gemeiniglich Raphanum nennet / Jst bey vns Teutschen ein gantz gemein/vñ fur allen andren Wurtzlen die gebreuchlichst Wurtzel/ hitzig im dritten Grad/ trucken im andren/vñ wil Galenus der namhafftig Gesicht Medicus / das die Alten vor seinen zeytten/ den Rettich noch vil mer/vnd inn hefftigeren gebrauch gehabt haben / also das sie jn mit Essig vnd Saltz pflegten inn nüchteren zu essen/wo sie auff das Veldt zu der arbeyt hinauß giengen / des morgens darmit den Bauch zu sänfftigen/ vnd zum stul gang zu bewegen/ So wir aber den rettich vnd sein art mit fleiß erwegen/ist er denen so jrer gesundheyt pflegen wollen/ nützer vnd gesünder den selbigen zuuermeyden/ dann zu niessen/vilfältigen vnradts halb so er erwecken mag/vmb kürtze vnterlassen etc.

RApa Rüb / Die Rüben füllen dem Handtwercks man/vnd Bawers volck den Bauch/ darumb wir sie auch nit vnbillich vnter die Herrn kost setzen/welchen die Rüblin auch etwan wol schmecken / sind warmer vñ feuchter natur im ersten Grad/ geben zimliche narung/ bewegen den Harn / plehen seer / vndn vermeren den manlichen Samen/vnd machen jn wachsen/ sänfftigen vnd lindren Brust vnd Lungen/ So man zuuil Rüben inn der Speiß brauchen wolt/ geberen sie grobe vnreine

feuchten/vnd verstopffen die Leber/ stopffen den bauch nit/ vnd sänfftigen jn auch nit / So man sie seudet vnd inn Compost einmacht / mit Saltz also gantz / den wol erwaschen/mit Essig vñ Saltz gessen/ erwecket den lust vnd Appetit zu der Speiß/vnd macht lustig zu essen etc. Gesotten mit feistem Rindtfleisch / oder mit Butter geschmältz/verlieren sie jre schedlicheyt/vnd werden ein liebliche anmüttige Speiß etc.

SAcharon Zucker/ Der Zucker ist der Apotecken Fundament/on welchen sie mit jrem Kram/ nit wol bestehn möcht/wiewol auch der kost/ des Zuckers also milt ist / das er sein zu keiner richt gar nahe vergessen kann/ dann wo es verderbt/ faul / sawer/ oder stinckent/ muß der Zucker der besserer sein / vnd mit seiner lieblichen süssigkeyt/allen feel vnnd mangel verhelen/vnd vndertrucken / ist warmer vnnd feuchter Complexion im ersten Grad/reinigt vnd ist gar nahe der art/wie der Honig/ allein hat er die tugent/das er nit durst erwecket/wie der Honig/so jucket vnd brennet er auch nit also im Magẽ/ der feist Zucker sänfftigt den bauch/ dienet aber furnemlichen der Brust vnd Lungen/ Nieren vnd Blasen/ die hitziger Complexion sind/ sollen den Zucker vermeiden/ dann er verwandlet sich in jnen vast leichtlichen in Cholerische feuchte etc. Zucker auff ein Kolfewerlin geworffen/vñ den rauch entpfangen/stillet den hefftigen schnupfen oder strauchen vnd trucknet die flüß etc.

SAl Saltz / Ist furwar die aller nützlichst/ notwendigst/ best vnd gebreuchlichst Würtz / die wir haben mögen / welcher weder der Bawer noch der Edelman/ groß oder klein Hans entraten mag/inn allen Speisen so wir niessen/dann woher hat die kost jren anreitzenden ge-

geschmack/dañ vom Saltz/ welches hitzig ist im andren Grad/vnd trucken im dritten/hat ein zimliche doch messige astringirende krafft / ist denen vast nutz vnd gut/die Flegmatischer Complexion oder Temperaments sindt/ treybt den Bauch/ vnd macht den Leib mager/ reinigt oder mundificirt/bewegt auch den Lust vnd Appetit zu der Speiß etc.

Wer sich aber des Saltzes zu vnmessig braucht / dem verderret/ertrucknet/vnd verbrennet es das geblůt/verderbt mit der weil das Gesicht/machts gantz finster vnd dunckel/ verzeret auch den natürlichen Samen/vnd erwecket vber den gantzen leib/ein scharpff jucken/ schaudren vnd beissen / vnd ist allen inneren Glydren schadt/ vnd verletzlichen/verzeret doch im Magen alle feuchte/ vnd vberflüssige wesserige feuchte etc.

Die faulen Zän vnd Biller darmit wol beriben/ trucknet sie vast wol / vnd stercket die Zän vnd Zanfleisch etc.

Sinapi Senff / Wo gleichwol der Senff einem nach/ also sawer inn die Nasen reucht/ so künnen wir sein doch nit entratten/das er vns lustig vnnd wol essig mache/ist vast hitziger vñ truckner natur / darumb sol man nit zu tieff an boden greiffen / als wolt man jhn wie ein Prey mit Löfflen fressen/ Der Senff hat seine Tugent vnd Krafft / das er die wesserigen feuchten/ im Haupt vnd Magen verzere etc. So ist der Senff auch ein nützliche hülff/inn denen gebrechen des Miltzes/ welche von feuchte vnnd windigen plehen verursacht werden/wird auch gelobt im viertägigen Feber / so von verbrantter Flegmatischer feuchte verursacht werden/gesßgleichen in Podagram vnnd Zypperle/ von Flegmatischer feuchte verursacht.

Senff ist aber den Augen vnd Gesicht vast schadt/vñ

 imm

inn sonderheyt dem hitzigen Haupt vnd Leber / dienet aber vnd ist behülfflich der Leber / vnd inn sonderheyt wo man grobe Speiß gessen hat etc.

VInum Wein / Es ist furwar der Wein ein wunderbarlicher Gast / der sich von niemandt / weder von Fürsten oder Herren / noch den Gemeinen man zemen lasset / wo er vberhandt nimpt / als wir dañ mancherley krefftige wirckung sehen / die der Wein thut / bey trunckenen vnd nüchteren Leuthen etc. So trincken aber etliche den Wein / seiner nutzbarkeyt halben / Ander das Hertz darmit frölich zu machen / Ander aber darumb / das jnen also wol schmeckt / aber die gröste Burß / trinckt jn diser vrsach halben aller.

Vnd achtet man aber den newen Wein gemeiniglich en gegen dem firnen / wo sie inn gleicher güte / dz der new Wein warmer natur sey im ersten Grad / der firnen im dritten / aber von Temperament des Weins / sind solche scharpfe Disputation vnder den erfarnen Medicis / die noch vnentscheiden im zweyfel stehn / das wir solches dises orts gentzlichen vberschreytten wollen / doch merck dz etliche den roten dicken Wein fur gesundt halten / vermeinen er bedörffe vast geringer verwandlung / das er inn gut gesundt Geblüt verwandlet werde / aber der weyß dün Wein gibt wenig Narung / So stopffen die trüben Wein / Miltz vnd Leber / sampt den Nieren / daher dañ die grossen Weinseuffer jre Wassersucht vberkommen / ob sie sich gleichwol verwundren / wie es die Wassersucht heyssen mög / bey solchem grausamen vngeschwundnem Wein sauffen / wiewol auch solche Wein vnmessiglich also gesoffen / vil andre gebrechen mer verursachen / als furnemlichen / Sandt / Stein / vnd Grieß inn Lenden / vnd Blasen / So den aber inn sonderheyt gemein werden /

wo

wo sie sich inn der jugent mit dem trincken vnmessigen/ vnd vngebürlichen vben.

Welcher aber Temperiter Complexion ist/vnd zu pflegung seiner gesundtheyt/ ein bequemen vnd jm nützlichen vnnd dienstlichen Wein erwelen wolt / der trincke ein zimlichen klaren schönen Wein/ d doch kein grosse Wein stercke hab/nit grob/ sonder in der Substancz gantz dün sey/vnd subtil/ mit einer sewre die nicht wol zu mercken/ oder geringen subastringirenden krafft. Die Flegmatischer Complexion sind / die trincken am nützlichsten den firnen Wein/ der doch nit grob sey/ sonder eins lieblichen guten geruchs.

Vnd ist furwar der Wein ein edel/ lieblich/ gesundt/ krefftig tranck/wo mans mit massen vnnd mit der vernunfft trincket/dann der Wein gibt dem Leib/nit alleine Narung oder fürung/ sonder fürdert auch die speiß/ das sie schnel hinab steiget/ erwecket die innerliche hitz oder natürliche lebliche werme/ stercket vnd vermeret sie/ vnd welcher jn waiß rechmessig zu brauchen/ dem kömpt er an seinem gantzen Leib wol/ Doch ist das sein furnemen wirckung/das er die Speiß mit sich füre an alle ort/ dahin sie aus getheylet oder distribuiret werden sol/auch durch die aller reinest engesten vnd subtilesten geng/welche der Wein inn solchem fal erhitzigt/vnd ein gute volkommenne dewung verschaffet. Das er auch den Harn furdert/ ist ein vrsach / das er also viel schedlichen Feuchten auß füret. Es wird aber die Tugent/Krafft vnd Eigentschafft des Weins/ am aller meisten vnd füglichsten gemerckt/ oder verstanden / inn denen Cörperen/so kalter vnd trucknet Complexion sind/ als die Alten vnd gemeiniglich die selbigen / welche ytzund von schwerer langwiriger kranckheyt auffkommen.

Der new Wein erwecket vil plehung/wird schwerlich

 ge-

gedewet/ gibt grobe feuchte oder safftder Narung/vnd erwecket beschwernus vnd schmertzen des Haupts.

Es sollen sich aber furnemlichen dieselbigen fur wein hüten/welche vast erhitzigt oder vnmessig entzündet werden/ auch dieselbigen so etwas hitz eins Febers fülen/ dann wie Galenus schreibt/ wird alle ding leichtlich wie Zunder von fewer flammen entzündet.

Der Wein erfrewet das traurig trostlos Gemüt/vnd stillet mancherley hertzlicher anligen/ vnd erdünnet das grob Geblüt/ der Melancholischen wanreitzigen. So mã aber des Weins wolte zuuil vnmessig trincken/nach vnserem Teutschen brauch/ so schwecht/ krenckt/ bricht/ vnd zerstöret er/ die rechte natürlich leiblich krafft/vnter trückt die natürliche werme/ erstecket vnd erleschet sie/ist ein anreitzung des grossen Schlags oder Apoplexi/vnd auch vnterweilen der schweren erschrecklichen plag/ der fallenden Sucht/ macht den gantzen Leib zitteren vnd beben/vnd erlament alle Glyder/dañ dem gantzen leib/ seine krefft vnd macht dardurch benomen werden.

Aber fur allen dingen/wird von vnmessigen trincken/ das Hirn/Vernunfft/Sin vnd Gedechtnus hefftig verletzet/ vnnd hart beschedigt/ inn allen iren wirckungen/ darumb gemeiniglichen die grossen Wein sauffer/ dolle vnd dünanden Esel sind/ aller Sinn/Witz vnnd Vernunfft beraubt.

VVuæ Weinber/ Die schöne edle liebliche Frucht der Weintrauben/ welche vns das kostbarliche dranck des Weins bringen/ sind warmer vnd feuchter Complexion/ im ersten Grad/ wann sie zeyttig sind/vnd geben mer Narung/ vnnd füren baß dann andre Frücht/vnd geben kein böse Safft der Narung/ oder schedliche fruchte/inn sonderheyt wo sie wol zeyttig sind/ Es wird aber

aber auß solchem Safft der Narung/vnd Geblůt/ kein starck/grob/sonder ein zart/lind fleisch. Die trauben so man auffhenckt / vnd zeytlang verwelcken lasset / halten man fur die gesündesten / dann sie im leichtleichsten ge- dewet werden/Die sauren trauben sind kalter natur/sto pffen den Bauch / aber die süssen Trauben sind warmer natur/vnd erweichen den Bauch/doch die weissen trau ben mer dann die roten / vnd sind die Trauben alle der Natur/das sie lustig machen zu der Speiß/vñ den ver- lornen Appetit erwecken/ sollen auch als etliche erfarnen Medici setzen /zu fleischlicher begird anreitzung geben. Weytter ist zu mercken / das ein yedes Rörlin von vier stücken zusammen geordnet ist / deren ein yedes sein son- derliche Natur vnd Eigentschafft hat / als furs erst dz Heutlin oder belcklin / das ist kalter vnd truckner Com- plexion/ vnd wird vast langsam vnd schwerliche gedew et/darumb man es nit hinab schlinden sol/ so man wein trauben ysset/ Das ander stůck ist das fleischig theyl im Weinberlin/Das drit ist der dünn Safft/ Das viert die Körnlin darin/ welche man sampt den Belcklin alle zeyt hinweg thun sol/ vnd nit hinab schlinden / dann sie mö- gen nit gedewet werden etc.

Die Vnzeittigen Trauben sind kalter natur/ stopffen den Bauch/dienen dem Magen vast wol/ dann sie dem men die hitz der Gallen / oder scharpffen Cholerischen feuchten / sind aber von seure wegen vnd herbe nicht zu niessen/ Der Safft daruon den man Agrest nennet/er- wecket den verlornen Lust vnnd Appetit zu der Speiß/ vnd benimpt das vnwillen vnd erbrechen des Magens etc.

Hie sol man aber zum beschluß mercken/das man die Trauben/gleich wie von allen andren feuchten Speisen gehalten werden sol/ in nüchteren oder fur allen andren Speisen niessen sol etc.

VVe passæ Rosin / Die Rosin oder Mertreybel vnd Zybelen / mögen vnseren Himmel nit vertragen / kelte vnd vngewitter halben / darumb man sie aus frem̄den Landen zu vns brenget / sind hitziger dann andere Trauben / vnd ye feister sie sind / ye besser vnd süsser / deßgleichen die so die zartesten Belcklin oder Heutlin habē / werden fur den andren gelobt / dann sie mer narung geben vnd reichlicher füren / sind auch inn sonderheyt furderlich der dewung. Die Rosin oder Mertreybel sind dem Magen vast gut / bekomen auch vber die maß wol der Lungen / vnd Brust / stercken Leber vnd Miltz / So man sie mit den inneren Kernlin yßet / so dienen sie allen Glydren des eingeweydts / wiewol am besten das man solche Kernlin nit hinab schlinde etc.

XYlocerata Sanct Johans brodt / Diser frembden frucht / welche auch vber Mer her zu vns gebracht wird / doch inn vast geringem brauch haben / nur allein der vrsachen halb gedencken wollen / das der brauch / dz man bey vns Teutschen / den Kindrē diser frucht gar vil gibt / dieweyl sie wenig kostet / vnd der süssigkeyt halb den Kindren vast anmüttig ist / aber doch wenig nütz / also das Galenus schreibt vnnd wünschet / das man solcher frücht nit brechte zu Landt daher auß Wartisan / dañ sie schedliche böse feuchte oder Safft der Narung gibt / vnd schwerlichen gedewet wird / stopffet auch hefftig den Bauch / vñ allen Bauch fluß / od durchbruch des Leibs / darum̄ dise Frucht diser zeyt / nützlicher inn der Artzney / dann also inn der Speiß gebraucht wird.

ZInziber Jngwer / Jst ein gemein vast gebreuchlich Gewürtz / darmit gar mancherley kost angemacht vnd vberstrewet wird / wiewol man jn auch pfle-

gen

get eingemacht oder angebeytzet zu niessen / ist hitziger natur im dritten Grad / vnnd feucht im andren Grad / Er ist vast krefftig die speiß zu dewen / erwecket den lust fleischlicher begirdt / Zertheylet alle windige plest vnd plehung / trucknet die feuchten Augen / vnd verzeret die feuchte darin / daruon das Gesicht scharpff vnd klar wird / Verzeret auch alle feuchtigkeyt des Magens / vnd der Lebren / deßgleichen die zehen groben Schleim etc.

ZYthus Byer / Mit diesem kostbarlichen heilsamen Tranck / sich Summers zeyt nach Teutschem gebrauch zu külen / wollen wir diesen besondren vnderschidnen theyl / vnser Corpus der Medicin / enden vnnd beschliessen. Vnd ist das einfach simpel Byer kalter Natur / aber das doppel Byer hitziger Natur / Vnd wollen alle erfarnen Medici das Byer nicht gesund sey / sonder böse feuchte oder safft der Narung gebe / den Neruen oder weissem Geäder gantz schedlich / vnnd solche scharpff Hauptwee erwecken sol.

Etliche aber wollen / das Byer krefftigen widerstand thue / der erschröcklichen Plag der fallenden Sucht / der Gallen denselbigen nutz vnd gut sey / welche zu diesen gebrechen geneigt.

Das Byer demet auch die Trunckenheyt vom Wein / Derhalben sich die vollen Brüder / des Abendts mit Byer pflegen ab zukülen.

Das Byer miltert auch die scherpffe des Geblüts.

Vnd ist dz Byer furwar / ein gesundt nützlich Tranck denselbigen / welche hitziger Complexion sind / deßgleichen inn grosser hitz vnd hefftigem durst / Dann das Byer leschet den Durst gewaltiglichen / Erwecket lust zu der Speiß / treybt den Bauch / vnd furdert den Harn.

Aber welche ein kalten feuchten Magen/kalter feuchter Complexion sind/ denselbigen ist das Byer vast schedlich vnd zu wider etc.

Endt kurtzer vnterrichtung/ der Natur/ Eygentschafft/ Schadt vnnd Nutzbarkeyt/ Auch rechten Gebrauch vnd bereyttung/ der furnembsten stück/derren wir vns täglich inn Speyß vnd Tranck gebrauchen etc.

Wie man sich zu yeder zeyt zu Wasser vñ Landt/ inn reysen vnd wandren / welcher gestaldt oder manier dasselbig beschehen mag / halten vnnd regieren soll/mancherley sorglichen zufellen vnd kranckheyten/so dann den Wandrenden auß vilfaltigen vrsachen halben / leichtlichen begegnen mögen/ zu furkommen/oder zu verhütten/vnd auch mit zeytlichem Radt zu wenden etc.

WAs wir bißher günstiger Leser von ordenlicher haltung/inn Speiß/ Tranck/ vnd allen denen dingen/welcher wir vns zu stettem auffenthalt/on vnderlaß gebrauchen vnd geleben müssen/ geschrieben vnnd geordnet haben / ist den mereren theyl denselbigen zu pflegung jrer Gesundtheyt/also mit fleyß verzeichnet worden/ die sich einheymisch halten/ jre Gescheefft/Gewerb vnd Handthirung zu treyben/ Dieweyl es sich aber vilfaltiger vrsach halb begeben mag / nach mancherley erfürdrung/der gelegenheyt eins yeden/das man etwan reysen vnd wandren muß/zu Wasser/ vber Landt/oder auff dem Meer/Vnd aber in solchem fall/ nemlichen/ so man inn der Frembde ist / inn sonderheyt hoch vnd groß von nöten / sich auffs höchst zuverschonen/vñ müglichsten fleiß anzuwenden/bey gesundtheyt zu bleiben/ vnd den vilfaltigen / schweren / meidenden/ oder sorglichen zufallen zufurkommen. Haben wir den Reisendenden/ vnd Wandrenden/ welcher gestaldt deßselbig beschehen mag/inn kurtze ein sonderliche ordnung

setzen vnd furschreiben wollen/inn etliche furneme puncten oder Reglen gesetzet.

Vnnd ist dieses die erst Regel/ Das man Summers zeyt inn grosser hitz/ so es vast gebreuchlich ist zu wandren/nit lenger auff der Straß sey/es sey zu Fuß/Roß/ Wagen oder Karren/ dann von dem das der Tag anbricht auff iiij. Stundt/ als dann mag man ruhen/ die Hitz vbergehen lassen/ sich zimlichen Speisen mit weniger Kost/die weder versaltzen noch gewürtzt/ oder sonst scharpff oder mit scharpffen dingen angemacht sey/ sonder man erwele vnder andren Speisen/ ein leichtdewige Kost/die gute Narung geb/ vnd wol füre/etwas zu küle geneigt/vnd sind inn disem fall/ die gesotnen Speisen bequemer/ dann die gebratnen/ vnd wo es inn der zeyt wer/ vnd man es haben möcht/ wer gut vnd nützlichen solche Speisen/ mit sawren Salsen/ Essig/ Agrest, vnd dergleichen zu niessen. Doch welcher ein kalten vndewigen Magen het/ der mag mit eim sonderlich gewürtz (darzu inn allen Apotecken verordnet/ Species Bartholdi genant)füren/ ein Wein daran giessen/ vnd also fur ein Salsen brauchen etc.

Weytter ist ein vast nützliche Regel/ wo man es haben kan/ das man abendts inn der Herberge/ die Füse vnd Schenckel wol wasche/welcher gestaldt man wandle etc.

Wo es sich auch begeb/ wie gemeiniglichen geschicht/ das einer vast hefftigen Durst bekeme auff der Strassen/sol er sich mit höchstem fleiß bewaren/das er auff ein mal keinen grossen trunck thue/ sonder mit langsamen vnnd vast kleinen trüncklin/ vnderstande den Durst zu leschen.

Man sol auch so vil möglich ist/auff der Strassen alle starck/ geschweblete/ grobe/ vnfreundtliche Wein vermeiden

meiden/ vnnd geringen liecht klaren firnen Wein erwelen/ welche man doch nit vngewessert trincken sol/ wo es auch gar hitzige zeyt wer/ möcht einer nützlichen dise külende Latwerg mit sich füren/ vnd vnterweilen brauchen/ Nemlichen der schwartzen sawrer Weyxel/ oder Amorallen Latwerg / die mit Zucker vnd keinem Honig gemacht sey/ Violen Zucker/ Rosen Zucker/ yedes gleich vil vntereinander gemischt / Vnnd wo es aber zu hart wer/ sol man es anfrieschen mit ein wenig Granatin öpfel safft/ oder sawer Pomerantzen vñ Limonen safft etc.

Weytter begibt es sich auch / das etwan nicht allein vom gehen / sonder auch vom reytten vnd faren / auß hefftiger erhitzigung vnnd entzündung / die Haut serig vnd frat wird/ mit keinen geringen schmertzen vnd weethumb/ inn solchem fall/ sol man dises volgents Sälblin brauchen/ das magstu dir also bereitten lassen/ Man neme Quitten öl/ Rosen öl vñ Mirtillen öl / die mag man inn Rosen wasser wol erwaschen / dann neme man yedes ein Lot / des erweichten Gummi dragant/ inn Rosen wasser ein halb Lot/ Amidum oder Krafftmel/ rotten Armenischen Bolus/ rein gepüluert Gal öpfel/ yedes ein Scrupel/ das ist ein drittheyl eins Quintlins/ Camphor ein Gersten körlin schwer/ mit ein wenig weiß wax/ bereyt man ein Sälblin daruon etc.

Welcher sich auch fur disem gebrechen besorgt/ als die so weder des reittens/ gehents oder farens/ sonderlichen gewont sind / die mügen sich daheim mit solchem Sälblin versehen/ vnd solche ort des Abendts darmit wol salben / darmit mögen sie den obgemelten Gebrechen furkommen etc.

Solches sind inn kürtze die furnembsten Reglen / die ein yeder inn reisen vnd wandren/ leichtlichen/ doch mit grossem nütz haben mag/ vberlandt zu reisen/ Aber auff

grossen Wasseren/ vnd furnemlichen auff der See/ vnd hohen Meer/ bedarff es gar vil einer andren höchlichen vnd fleißsigeren auffmerckung/ dann der schedlichen zufel vnd sorglichen Accidentien vber die maß vil sind/ welchen man gar fursichtiglichen/ vnd mit gutem ratt furkommen muß/ wo man das Leben erretten wil etc.

VNd ist das erst Accidens oder schedlich zufall/ so denen begegnet/ so zu Wasser faren/ vnwillen vnnd vnlust des Magens/ vnd etwan hefftige Würgen vnd Gebrechen etc.

Der ander schedlich Zufal/ ist durchbruch des Leibs.
Der drit Zufall Hauptwee.
Der vierd Zufall ist hefftiger vnmessiger Durst.
Der fünfft Zufall ist stettige vnrhu vnd wachen.
Der sext Zufall ist schwacheyt des gantzen Leibs
Der siebendt Zufall ist abscheuhen aller Speiß etc.

VNd fur das Erst/ dem ersten Zufall zu begegenen/ welcher sich gemeiniglich erhept auß hin vnd widder schwancken der Schiff/ vom tryb der Wasser Wellen/ oder etwan von furcht vnd schrecken/ als furnemlichen denen/ welche des Wassers vngewonet sind etc. Sol man nach der Speyß dieselbig bey sich zubehalten/ ein gutē löffel vol vberzogē Coriander mit zucker niessen/ od ein wenig Quitten latwergē/ die doch on Gewürtz bereyt sey. Doch wo man ein ferne Reiß thun wolt/ als man etwan pflegt/ nemlichen nach S. Jacob zu reysen/ oder das heylig Landt zu besuchen/ mag man sich mit disem Confect/ oder Latwergen/ auff die Straß versorgen/ welche man also mag bereitten lassen/ Man neme Quitten Latwergen ein halb Pfundt/ die on alle Specerey

cerey bereyt sey/ klarer erlesener Mastix körnlin ein quintlin/ Mirtillen bärlin/ Ammeÿ Samen/preparirten Coriander, alle rein gepúluert/yedes ÿ. Scrupel/ das ist ÿ. drittheyl eins Quintlins/ dise Stück vermisch alle wol durch einander/ zu einer bequemen Latwergen/ mit dün gesotnem Quitten safft Minum genant angefrieschtet/ Dise Latwerg krefftigt den Magen vber die maß wol/vnd furkömpt dem vnwillen vnd vnlust des Magens/ vnd weret dem oben auß brechen/ mag auch daheim gebraucht werden/inn solchem fall etc.

Wo es sich aber begeb/ das sich einer dermassen hart würgete/ vnnd hefftig erbreche/ das man sich besorgen müst weitterer vñ hefftigerer zufall/wie sich dañ auff der See/ vñ Meer gemeiniglichen den vnerfarnen begibt/ welche nit mehr bey solchem schimpff gewesen/ als dann sol man von stundt an/ Arm vnd Schenckel vast hart binden/solcher gestaldt/ das man auch etwas schmertzen füle/ Wo aber solches mittel wenig helffen wolt/ als dann ist ein gewisse hilff/ das man ein Ventosen oder schrepf Kopff in mitte auff den Magen setze/ oder man kleybe drey oder vier kurtzer Wax kertzlin/auff ein starck Bappir/ zindt sie an/ legs auff den Magen/ vnd stürtz den strumpflingen/ ein gemein Trinck Glaß daruber/ wird der dunst vom verloschnen Wax kertzlin/den Magen krefftiglichen zusammen ziehen/ vnd solches hefftig vnwillen vnd erbrechen stillen etc.

Darmit man auch disem schedlichem Zufall furkommen mög/wer nützlichen den Magen wol zusalben/mit volgendem Sälblin/ Welches du also bereitten magst/ Nim Mastix öl/ Mirtillen öl/ yedes ein Lot/ Quitten öl ÿ. Lot/ Amber/ Bysam/ yedes ein Gersten Körnlin schwer/ solche stück magstu mit ein wenig weiß Wax zu sammen zerlassen/zu einem Sälblin bereytten/oder vol

gende

gende stück weitter darzu genomen / ein Magen Pfla-
ster daraus machen/ welches man inn disem fall on vn-
derlaß mag ob sich tragen/ Nim des aller besten vnuer-
felscheten Gummi laudani / des warhafftigen Confect/
Galliæ Muscatæ, Paradis, od Aloës holtz/yedes ein quint-
lin/rein wolgeleutert spiegel Hartz zwey Lot/rotter ed-
ler dürrer Rosen/preparirten Coriander, wildt Galgant
wurtzel yedes ein halb Quintlin / Negelin / Beymenten
oder Krause balsam müntz/ yedes ein Quintlin/von di
sen stücken sol man nach Apoteckischem gebrauch / als
wir hernach inn besondrem theyl anzeygen werden/ di-
ses newen Corpus der Medicin/ein Pflaster bereitten mit
rotem Zendel bezogen/ vnd durchstopffet/ vnd auff den
Magen getragen. Wo aber der Gebrech also hefftig
wer / das man noch ein stercker Pflaster brauchen mü-
ste/magstu dasselbig also bereytten / Nim rein geleutert
Spiegel hartz anderthalb Lot/Schiff bech ein Lot/des
schwartzen wolriechenden Gummi Laudani/ der nit ver-
felscht oder mit frembder Materij vndermischet sey /
Des warhafftigen vnnd recht bereitten Confects Galliæ
Muscatæ/yedes ein halb Lot/ Geygen hartz anderthalb
Quintlin/ des hart gesotnen Schlehen saffts/ des hart
gesotnen frembden Saffts/ von stehendem Buxbaum/
weissen Weyrach/des Apoteckischen Sandaraca, so man
fur Wacholter Gummi haltet/ yedes ein Quintlin/von
disen stücken bereitte man wie ob gesagt/nach Apotecki-
schem gebrauch/ein Magen pflaster/vnd legs vber.

Hie sol aber der gutherzig Leser mercken / das wir
solche Pflaster vnd Remedia / der vrsach desto fleißsiger
beschreiben / dieweyl sie nicht allein denselbigen / so auff
dem Wasser schiffen oder seglen / sonder auch denen zu
hauß/inn solchen felen vnd gebrechen/ vast nutzlich vnd
behülflich sein mügen etc.

Inn

Jnn disem Fall wird auch vast nützlich gebraucht/ der Syrop od Latwerg/von Sawrauch oder Erbsselen Berlin/ deßgleichen von den lieblichen Früchtlin S. Johans treublin genant / oder Syrop von Granaten öpffel Safft bereidt / oder der Syrop von Essig vnnd Zucker bereidt / Oxyzachara genant / oder der Syrop von Deymenten/ weich gesotten Quitten safft/Miua citoniorum genant/ Solcher Syrop oder Safft/ sol er ye morgens nüchteren brauchen / sich auch darbey neben halten inn Speyß / das er allein leichtdewige Speyß brauch/die sol man auch mit Essig/ oder das vil nützer vnd besser mit Agrest oder sawer Bomerantzen vnd Limonen safft anmachen / dann solches nicht allein vast lieblich / sonder auch krefftig / das hefftig Vnwillen zu stillen etc.

Nach der Speyß mag man inn disem Fall/ nützlichen brauchen Coriander mit Zucker bezogen. Haselnüß mit Zucker bezogen/eingemachte Quitten/eingemachte Muscateller Byrlin / eingemachte Mirabolani Rebuli/vnnd dergleichen stück / so den Magen stercken vnnd bekrefftigen etc.

DEm andren schedtlichen Zufall/ welcher gemeinig lichen denselbigen begegnet / so auff dem Wasser schiffen oder seglen/ ist Bauchfluß/ oder durchbruch des Leibs/ Jnn welchem Zufall alle oberzelte stück / die wir verordnet haben/den Magen zu stercken/vnd das Vnwillen vnd oben außbrechen zustillen/vnd milteren/vast nützlichen gebraucht werden mag. Aber inn sonderheyt wie inn disem Zufall/nutz vnd gut/ das man den vnderſten Bauch / mit disem volgendem Sälblin wol salbet/

das sol man also bereidten / Man nem Rosen öl / Mirtillen öl / yedes zwey Lot / der Küglin oder trochiscen / inn der Apotecken Despodio genant / roten Armenischen Bolus / Granaten öpffel blůet / yedes ein halb Lot / die dürren trucknen stück / sol man zu reinem Puluer stossen / dann mit den Olen vermischen / vnd ein wenig weiß Wax darunder zerlassen / das es ein dünnes Sälblin geb / rechter bequemer form etc.

Inn diesem Fall setzet man auch vast nutzlichen ein schrepff Kopff an / auff die Macht vnter dem Nabel / So mag man jm auch nutzlich eingeben / dises volgents trencklin / welches man also bereiten sol / Nim der Latwergen von weissem Weirauch bereidtet drey quintlin / des flüssigen Quitten saffts Miua genant / ein Lot / dick roten rauhen Wein iiij. Lot / vermisch zu einem trencklin / vnd gibs jm inn nüchteren des Morgens frůe so der Tag anbricht / ein wenig lew warm etc.

DEm Zufall des Hauptwees / mag man mit disem volgendem Trencklin widerstandt thun / man bereydts also / Nim des Syrops von magsamen ij. Lot / Oxyzachara iij. Quintlin / breyt Wegerich Wasser vier Lot / vermisch zu einem zimlichen Trencklin. Das Haupt mag man auch salben vnd bestreychen / mit Rosen öl vnd Seeblumen öl etc.

DEr viert schedtlich Zufall / nemlichen der hefftig Durst / wird hinweg genommen oder vertrieben / mit den oberzelten Syropen / Confect / Latwergen vnd

Trün

Trüncklin / zu bekrefftigung des Magens verordnet / aber diser Tranck ist inn sonderheyt nutz krefftig / vnnd gut ein yeden Durst gewaltiglichen zu leschen / bereidt jn also / Nim Seeblumen Syrop ein Lot / des Syrops von dem sawren Citrinaten safft zwey Lot / darunder vermisch des gedistelierten Saffts / oder Wassers / von Sawrampfer kraut so vil du wilt / vnd gibs jm zu trincken / als ein Julep / Oder nim des Syrops / von den sawren Lymonen iiij. Lot / vnd vermisch darunder ein gut friesch Brun wasser etc.

DAs heffrig stettig vnmessig / oder vnnatürlich wachen / mag benommen werden mit dem Magsamen Syrop / der vast krefftig ist inn disem Fall / So man auch des Abendts die Füß waschet / inn Wasser darinn Camillen / vnnd ander bequeme Kreutter gesotten / ist auch ein grosse vnd sonderliche krefftige fürdernus zum Schlaff etc.

DEn sechsten Zufall hinweg zunemen / nemlichen / Schwachheyt vnnd Blödigkeyt des Leibs / vnnd Leiblicher krafft / beschicht durch gute Hüner brülin / guten lieblichen wolriechenden krefftigen Wein / Caponen wasser / mit gutem Gewürtz gedistilliert / Aber inn sonderheyt ist nutz vnnd gut / des Morgens inn nüchteren einer Castanien groß / der Latwergen Regis genant einzunemen / oder der Confect Tesllin Diamargariton.

ABer den verlornen Lust vnd Appetit zu der Speiß wider zu bringen/ vnd den Magen lustig zu machen zu der Speyß / mögen alle oberzelte/ fur ander Zufall verordnete stück/auch vast nützlich gebraucht werden/inn sonderheyt dieselbigen stück/welche den Magen inn dem hefftigen vnwillen/vnd oben außbrechen/stercken vnd bekrefftigen/als furnemlichen/ sawer Pomerantzen safft/ Quitten safft / Rosen wasser mit Bysam bereydt/ Aqua rosata muscata genant / Maluasier Essig/ vnd dergleichen was ein lieblichen guten geroch hat.

Item man mag auch ein nützlich Pflaster bereytten/ auff den Magen zu legen / das mag man also bereidtē/ Nim brosam von Brodt/den erweich wol in halb Quitten safft/ vnnd halb guten firnen Wein/ vnd ein wenig Rosen Essigs / den zerstoß wol zu müß mit volgendem Puluer/Nim des sawren Sämlins Saurach / Mirtillen berlin/ Ammey samen/ bereydten Coriander / Muscaten pluet/Neglin/ dise stück alle oder derselbigen etliche/welche du haben magst/zu reinem Puluer gestossen/ vnd mit der obgemelten erweichten Brosam wol incorporirt zu einem Pflaster/ das streich man auff ein Barchet/vnd legs auff den Magen etc.

WO es sich aber begeb / das einer nach solchem reysen vnnd wandren / wie gemeiniglichen beschicht/ vast mager vnd dürr würde von Leib / auch schwach vnd krafftloß / den sol man widerümb zu krefften bringen vnd restituriren/ mit diser volgenden Latwergen/ welche man also bereydten sol / Man nem das fleischig von einem Caponen / vnd von einem Rephun/ die wol gesotten seien/zusamen ein halb Pfundt/ der Species &

Regis

Regis anderthalb Quintlin/ der Trochiscen oder Küglin von Violen ein halb Quintlin/ Amidum oder krafftmel zwey Lot/ weissen Zucker ein Pfundt/ Pirnen kernen/ vormals inn Wasser wol erschwellet.

Dise stück sollen alle krefftig vnnd wol zerstossen werden / thu der form einer Latwergen daruon / mag der Patient nemen ein guten Löffel vol / so offt jhn gelüst / vnd ein guten trunck firnens wolriechendes weiß Weins drauff thun.

Endt sonderlicher vnderrichtung/ wie sich zu halten inn reysen vnnd wandren/ zu Wasser vnd Landt.

FINIS.

Mg. 11